



**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ**  
**ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ**  
**ΤΜΗΜΑ ΙΑΤΡΙΚΗΣ**  
**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ**  
**ΣΠΟΥΔΩΝ**  
**ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΥΓΕΙΑΣ**



**ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**“Το άγχος των νέων της χώρας μας και η σχέση του με την  
οικονομική κρίση.”**

**Κολοβού Λαμπρινή**

**Νοσηλεύτρια Τ.Ε.**

**ΤΡΙΜΕΛΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

**Ευαγγελία Κοτρώτσιου, Επιβλέπουσα Καθηγήτρια**

**Μαίρη Γκούβα, Μέλος τριμελούς επιτροπής**

**Μαρία Μαλλιαρού, Μέλος τριμελούς επιτροπής**

**Λάρισα, 2016**



**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ**  
**ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ**  
**ΤΜΗΜΑ ΙΑΤΡΙΚΗΣ**  
**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ**  
**ΣΠΟΥΔΩΝ**  
**ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΥΓΕΙΑΣ**



**“ Stress in the young people of our country and its relation to the  
current economic crisis.”**

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Περίληψη.....	4
Abstract.....	5
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	6

### **ΓΕΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ**

#### **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1<sup>ο</sup> : ΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ ΤΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΚΡΙΣΗΣ**

1.1. Η κρίση ως έννοια.....	8
1.2. Εννοιολογικός ορισμός της οικονομικής κρίσης.....	8
1.3. Οικονομική κρίση και ανεργία .....	9

#### **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2<sup>ο</sup> : ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΚΡΙΣΗ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ**

2.1. Οικονομική κρίση και άγχος.....	11
2.2. Οικονομική κρίση και ψυχικές ασθένειες.....	13
2.3. Κοινωνικό στρες και χρήση αλκοόλ.....	14
2.4. Η σημερινή κατάσταση στην Ελλάδα σχετικά με την κρίση.....	14
2.5. Οι απόπειρες αυτοκτονίας κατά την οικονομική κρίση στην Αθήνα.....	16

#### **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3<sup>ο</sup> : ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΚΡΙΣΗΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ**

3.1. Η επίδραση της κρίσης στην ψυχική υγεία.....	18
3.2. Η κοινωνική και οικονομική κρίση-η επιρροή στην ψυχική υγεία των νέων.....	19
3.3. Τρόπος επίδρασης της οικονομικής κρίσης στην υγεία καθώς και στα συστήματα υγείας.....	22

3.4.Γενικότερες επιπτώσεις στην οικογένεια.....	23
3.5.Η οικονομική κρίση στην χώρα μας και η σχέση με την ψυχική υγεία.....	23
3.6.Οικονομική κρίση, περιοριστικές πολιτικές υγεία και υγειονομική περίθαλψη του πληθυσμού...	26
3.7. Οικονομική κρίση και συχνότητα αυτοκτονιών.....	26

## **ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΡΟΣ**

### **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4<sup>Ο</sup>: ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ**

4.1. Σκοπός έρευνας.....	28
4.2. Ερευνητική υπόθεση και ερευνητικά ερωτήματα.....	28
4.3.Ερευνητική στρατηγική.....	29
4.4. Επιλογή δείγματος.....	29
4.5. Ερευνητικό εργαλείο.....	29
4.6.Τρόπος συλλογής στοιχείων.....	30
4.7.Στατιστική ανάλυση και επεξεργασία αποτελεσμάτων.....	30
4.8. Ηθικά ζητήματα.....	31

### **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5<sup>Ο</sup>: ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ**

5.1. Χαρακτηριστικά δείγματος μελέτης.....	32
5.2. Οι επιπτώσεις της οικονομικής κρίσης και πως έχει επηρεάσει αυτούς, την οικογένεια τους και τα πλάνα τους στο μέλλον.....	35
5.3. Οικονομική κρίση και πως έχει επηρεάσει τους νέους ερωτώμενους προσωπικά, σε σχέση με τα επίπεδα άγχους.....	41
5.4. Συζήτηση των αποτελεσμάτων.....	55
 BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	 59
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ.....	63



## Περίληψη

Η παρούσα διπλωματική εργασία, αναφέρεται στην επίδραση της κρίσης της οικονομίας στην ψυχική υγεία των νέων, όσον αφορά τα επίπεδα του άγχους και συγκεκριμένα ατόμων ηλικίας 18 έως 35 ανέργους ή μερικής απασχόλησης.

Με αυτή την έρευνα θέλουμε να εξετάσουμε το αν έχει επίδραση η οικονομική κρίση στους Έλληνες νέους όπως επίσης και να ερευνηθούν σε βάθος τα αποτελέσματα της τόσο στην ψυχική τους υγεία, σχετικά με τα επίπεδα άγχους, όσο και στα σχέδια τους για το μέλλον. Για την διεκπεραίωση έρευνας εφαρμόστηκε η ποσοτική προσέγγιση ως μέθοδος και χρησιμοποιήσαμε ερωτηματολόγιο ως εργαλείο της έρευνας. 100 νέοι στην πόλη του Βόλου, κάτοικοι Βόλου και φοιτητές στην πόλη, αποτέλεσαν το δείγμα.

Τα κύρια συμπεράσματα που δημιουργήθηκαν από την διερεύνηση των αποτελεσμάτων των ερωτηματολογίων ήταν πως η σύγχρονη οικονομική κρίση έχει προκαλέσει μεταβολές στην καθημερινότητα των νέων και των οικογενειών τους. Έχουν επηρεαστεί, σε σημαντικό επίπεδο, τα οικονομικά τόσο των οικογενειών όσο και των ερωτώμενων, κάνοντας κάποιες ενέργειές τους αδύνατες. Επίσης έχουν μειωθεί τα έξοδα τους για κάτι που δεν είναι τόσο αναγκαίο.

Αναφορικά με τις επιπτώσεις της κρίσης προσωπικά στους ερωτώμενους, σε σχέση με τα επίπεδα άγχους, φαίνεται πως ενώ έχουν παρατηρηθεί αρκετές αλλαγές στη ζωή τους σε σχέση με το παρελθόν, οι ευθύνες και το άγχος έχουν αυξηθεί, οι νέοι αντιμετωπίζουν την κατάσταση με αισιοδοξία και αισθάνονται ότι μπορούν να έχουν προσωπική εξέλιξη.

Τέλος, συμπερασματικά, παρατηρούμε πως οι νέοι έχουν καταλάβει τη σημαντική επίδραση της οικονομικής κρίσης και αντιμετωπίζουν τις επιπτώσεις της σε κάποιους τομείς της καθημερινότητάς τους. Πέρα από αυτά η κρίση δεν τους έχει απομονώσει και δεν τους έχει απωθήσει από τους στόχους τους.

**Λέξεις-κλειδιά:** άγχος, ανεργία, νέοι, οικονομική κρίση

## **Abstract**

This project refers to the impact of economic crisis to the mental health of young people , in terms of stress levels and particularly those aged 18-35,unemployed or part-time .

The survey aims to investigate the impact of the crisis on young Greeks and to investigate the impact of both their mental health on anxiety levels , and their plans for the future. To conduct the research we followed the methods of quantitative approach and the research tool that we used, was a questionnaire. The sample consisted of 100 young people in the city of Volos , Volos residents and students in the city.

The main results obtained from the research and the questionnaires were that this crisis that is above us has given significant changes in the daily routine of the respondents and their families. The crisis has affected mostly the finances of families and respondents , making them lose activities that they used to do, and also limiting the expenses for something that is not necessary.

Regarding the impact of the crisis personally to the respondents , compared with the levels of stress , it seems that while many changes in their lives have been observed compared to the past , as the responsibilities and stress have increased, young people face the situation with optimism and feel they can have personal development .

Based on the results of our research ,as a conclusion, it is evident that younger people have also understood the magnitude of the specific crisis and daily experience its effects in their lives . Nevertheless, the crisis has not alienate them and has not push them away from their goals.

**Keywords** : stress, unemployment , young people , economical crisis

## **ΕΙΣΑΓΩΓΗ**

Σε δύσκολους καιρούς οικονομικής κρίσης, η χώρα μας προσπαθεί να βγει αλώβητη από το οικονομικό αδιέξοδο στο οποίο έχει βρεθεί και να διαψεύσει όσους μιλούν για πιθανή πτώχευση. Μια οικονομική κρίση προκαλεί αρκετές αλλαγές σε αρκετά πεδία και ιδιαίτερα στο οικονομικό, όπως είναι γνωστό. Πολίτες με οικογένειες δεν μπορούν να τις προστατεύσουν, να ανταπεξέλθουν στις ανάγκες και να επιλύσουν τα βιοποριστικά τους ζητήματα. Μια αξιοπρεπή και ποιοτική ζωή φαντάζει άπιαστη τόσο για ανθρώπους με πτυχία όσο και για αυτούς χωρίς. Αρκετοί πτυχιούχοι έχουν χάσει το δικαίωμα να ανταμειφθούν για όλη την προσπάθεια τους. Αυτοί οι άνθρωποι στο τέλος επιλέγουν την μετανάστευση ως λύση ανάγκης. Η μετανάστευση αποτελεί πλέον μια σημαντική συνέπεια της οικονομικής κρίσης και της ανεργίας. Αφού η χώρα τους δεν μπορεί να τους στηρίξει, οι νέοι άνθρωποι θα προσπαθήσουν να κυνηγήσουν τους στόχους τους και τα όνειρα τους στο εξωτερικό.<sup>1</sup>

Ολόκληρη η συμπεριφορά και ο χαρακτήρας του σύγχρονου ανθρώπου χτίζονται σε κάποιο βαθμό γύρω από την οικονομική και επαγγελματική του θέση. Η εργασία συμβάλλει σε ένα σημαντικό βαθμό στον καθορισμό της ταυτότητας και της εικόνας του ατόμου για τον ίδιο του τον εαυτό. Η εργασία και ο σχετικός κοινωνικός αυτοσεβασμός έχουν επιπτώσεις στην αλληλεπίδραση με άλλα άτομα συμπεριλαμβανομένων των φίλων, των συγγενών, των συνεργατών ή των παιδιών. Επιπλέον, οι άνεργοι κουβαλάνε μέσα τους συναισθήματα ανεπάρκειας και αδυναμίας.<sup>2</sup>

Η οικονομική κρίση έχει ως επακόλουθο την ανεργία, τη μείωση των δαπανών του δημοσίου, μαζί με τις δαπάνες της υγείας, μισθούς που συνέχεια μειώνονται και μια γενική ανασφάλεια για το μέλλον. Σε αυτές τις συνθήκες, αυτοί που πλήττονται πρώτοι είναι οι άποροι και κάθε χώρα που έρχεται αντιμέτωπη με τέτοιες καταστάσεις πρέπει να έχει ως κύριο μέλημα τη προστασία της ποιότητας ζωής αυτών που κινδυνεύουν περισσότερο.<sup>3</sup>

Το υπερβολικό άγχος, η κατάθλιψη, οι εξαρτήσεις, η απελπισία, η απώλεια της ευχαρίστησης, καθώς και ο αυξημένος κίνδυνος αυτοκτονίας είναι κάποιες από τις επιρροές της κρίσης στην ψυχολογία του ατόμου. Συγκεκριμένα για τους νέους, μπορούμε να πούμε πως η εργασία τους βοηθά να βρουν την ταυτότητα τους, πράγμα που η ανεργία τους στερεί. Ακόμη και οι εργαζόμενοι με τον συνεχή φόβο για επικείμενη απόλυση μπορεί να επηρεαστούν.<sup>4</sup>

Το άγχος μπορεί να είναι μια αντίδραση σε μια βραχύβια κατάσταση, όπως για παράδειγμα να κολλήσει κάποιος στην κίνηση. Ή μπορεί να διαρκέσει πολύ καιρό αν υπάρχουν σημαντικά προβλήματα διαπροσωπικών σχέσεων, ή ένας θάνατος ή οτιδήποτε άλλο. Το άγχος γίνεται επικίνδυνο όταν επεμβαίνει στην ικανότητά του ατόμου να ζήσει μια φυσιολογική ζωή για ένα μεγάλο χρονικό



διάστημα.<sup>5</sup> Τα στρεσογόνα γεγονότα δεν είναι τα ίδια για κάθε άνθρωπο. Όταν νιώσουμε ότι μια κατάσταση αποτελεί απειλή για εμάς και ίσως δεν μπορούμε να τη διαχειριστούμε, τότε το άγχος μας αυξάνεται. Τα επίπεδα του άγχους μας εξαρτώνται αρκετά από την οπτική με την οποία αντιλαμβανόμαστε τα πράγματα και χρησιμοποιούμε για να αντιμετωπίσουμε καταστάσεις στην ζωή μας. Όταν μια στρεσογόνος κατάσταση λοιπόν λήξει, το σώμα μας επανέρχεται σε μια φυσιολογική θέση διότι τα ορμονικά σήματα σταματούν την στρεσογόνο αντίδραση.<sup>6</sup>

Η οικονομική κρίση στην Ελλάδα θίγει σε μεγάλο ποσοστό την υγεία του πληθυσμού δημιουργώντας ανησυχία για μια πιθανή αύξηση του ποσοστού των αυτοκτονιών. Άνθρωποι που υπέφεραν από κατάθλιψη, άνθρωποι που αντιμετώπιζαν οικονομικά προβλήματα, άνθρωποι με χαμηλή διαπροσωπική εμπιστοσύνη και με παλαιότερες απόπειρες αυτοκτονίας είναι πιο ευάλωτοι.<sup>7</sup> Η παγκόσμια οικονομική κρίση επηρέασε την Ελλάδα σε μεγάλο βαθμό κάνοντας την ένα δείγμα της σχέσης μεταξύ της κοινωνικοοικονομικών καθοριστικών παραγόντων και της ολοκληρωτικής υγείας του πληθυσμού. Μέσα σε αυτήν την οικονομική αναστάτωση, με τις ανάγκες της φροντίδας υγείας να αυξάνονται και τις αυξανόμενες απαιτήσεις των κοινωνικών υπηρεσιών να συγκρούονται με τη λιτότητα και τις τακτικές ιδιωτικοποίησης, η υγεία του πληθυσμού της Ελλάδας εκτίθεται σε περισσότερους κινδύνους.<sup>8</sup>

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1<sup>ο</sup> : ΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ ΤΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΚΡΙΣΗΣ**

### **1.1.Η έννοια της κρίσης**

Ακόμη και απλοί άνθρωποι έχουν προσπαθήσει να δώσουν εξήγηση στην λέξη κρίση με σκοπό να περιγράψουν ένα δύσκολο πρόβλημα που αντιμετωπίζουν ή όταν βρίσκονται σε μια κρίσιμη φάση. Η λέξη κρίση χρησιμοποιείται στην γλώσσα μας για να περιγράψει μια κατάσταση που δεν είναι κανονική και προέρχεται από το ρήμα κρίνω. Η κρίση μπορεί να πάρει διαβαθμίσεις του μη κανονικού. Ξεκινώντας από μια κατάσταση απλής διαταραχής έως τον πανικό και αποτελεί ουσιαστικά μια παρέκκλιση από μια κατάσταση φυσιολογική. Το να χάνεις τον έλεγχο και οι συνέπειες στους ανθρώπους, που είτε φαίνονται είτε όχι, στους πόρους και στους οργανισμούς, μπορούν να είναι αποτελέσματα της κρίσης, γι αυτό μπορεί να θεωρηθεί και απειλή.<sup>9</sup>

Η κρίση έχει σχέση ουσιαστικά με την απαξίωση των αξιών, την χαλαρή ηθική, την δυσκολία των πολιτών να αφομοιώσουν και να αποδεχτούν τις νέες κοινωνικές, οικονομικές και πολιτισμικές μεταβολές. Ο άνθρωπος στην εποχή μας βιώνει την κρίση ως βαθιά απογοήτευση και απαισιοδοξία. Αυτή η απογοήτευση των ανθρώπων από τις ηγεσίες του κράτους, αποτελούν ουσιαστικά την ουσία της κρίσης.<sup>10</sup>

### **1.2.Εννοιολογικός ορισμός οικονομικής κρίσης**

Μια οικονομία όταν έχει χαρακτηριστικά μιας συνεχόμενης και αισθητής μείωσης της οικονομικής της δραστηριότητας μπορούμε να πούμε ότι υφίσταται η οικονομική κρίση. Όλα τα μακροοικονομικά μεγέθη της οικονομίας αποτελούν την οικονομική δραστηριότητα. Οι επενδύσεις αποτελούν τον πιο σημαντικό δείκτη οικονομικής δραστηριότητας διότι οι αλλαγές σε αυτές παρασύρουν μαζί και τα άλλα οικονομικά μεγέθη.<sup>11</sup>

Η φάση των οικονομικών διακυμάνσεων την οποία αντιπροσωπεύει η οικονομική κρίση είναι αυτή της συνεχόμενης συρρίκνωσης της οικονομικής δραστηριότητας. Αυτές οι οικονομικές διακυμάνσεις χαρακτηρίζονται ως οι διαδοχικές αυξήσεις και μειώσεις της δραστηριότητας αυτής μέσα σε μια οικονομία και ως ονομασία χρησιμοποιούν και τους όρους κυκλικές διακυμάνσεις ή οικονομικοί κύκλοι. Για να δώσουν έμφαση στο βάρος των επενδύσεων στην πορεία του οικονομικού κύκλου, οι Άγγλοι ονομάζουν το φαινόμενο «business cycles».<sup>12</sup>

### 1.3.Οικονομική κρίση και Ανεργία

Η αυτοπραγμάτωση, μια ικανότητα γνωστή και απλή στη σημασία της, αποτελεί την μεγαλύτερη ανάγκη του ατόμου για εκπλήρωση. Γι αυτό και είναι τόσο περίπλοκο να την κατακτήσεις. Είναι η ικανότητά μας να γίνουμε αυτό που μπορούμε να είμαστε και να εκφραζόμαστε ανάλογα με την προσωπικότητα μας και τα ιδιαίτερα προσωπικά χαρακτηριστικά μας, ξεχωρίζοντας έτσι από τους υπόλοιπους. Τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά μας, οι ικανότητες μας και οι δεξιότητες που έχουμε μπορούν να αναδειχτούν μέσα από την εργασία και η ίδια έχει την δυνατότητα να βοηθήσει στην εξέλιξη μας. Σημασία στη διαδικασία γνώσης του εαυτού, της αξιολόγησης της διαφορετικότητάς μας και γενικά στην διαδικασία της αυτοπραγμάτωσης έχουν μέχρι και τα μειονεκτήματά μας μέσα στην εργασία.

Σε ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις όπως η εργασιοθεραπεία γίνεται αντιληπτή η θεραπευτική λειτουργία της εργασίας. Στον χώρο εργασίας το άτομο επικοινωνεί και συναναστρέφεται με άλλους ανθρώπους, έχει ευθύνες και καθήκοντα που το κάνουν να ξεφεύγει από τα άγχη της καθημερινότητας που μπορεί να βιώνει. Κρατάει απόσταση από τα προβλήματα και αισθάνεται χρήσιμος.<sup>13</sup>

Σε περιόδους έντονης και χρόνιας οικονομικής κρίσης, όπως είναι η κατάσταση τώρα στη Νότια Ευρώπη και ιδιαίτερα στην Ελλάδα, ο πρώτος αρνητικός δείκτης που ανέρχεται είναι το ποσοστό της ανεργίας. Ένα πρόσφατα άνεργο άτομο, στην αρχή κάνει μια έντονη προσπάθεια να βρει δουλειά, στη συνέχεια όμως, όταν το αποτέλεσμα είναι αρνητικό και η κατάσταση χρονίζει, απογοητεύεται και γίνεται επιθετικό προς το περιβάλλον του. Η συμπεριφορά αυτή δυσκολεύει ακόμη περισσότερο την προσπάθεια του, ενεργοποιεί έναν φαύλο κύκλο που οδηγεί βαθμιαία σε κατάθλιψη. Εάν το άτομο αυτό ζούσε προηγουμένως μια άνετη ζωή, η μετάβασή του από τη μία ψυχολογική κατάσταση στην άλλη, γίνεται βίαια και επιδεινώνει το πρόβλημα. Εάν μάλιστα οι οικονομικές ανάγκες είναι μεγάλες και αντανακλούν στο άμεσο οικογενειακό περιβάλλον του, τότε η κατάθλιψη είναι σοβαρότερη.<sup>14</sup>

Η εύρεση εργασίας για αυτούς που αντιμετωπίζουν κατάθλιψη ή άγχος είναι πολύ πιο δύσκολη και περίπλοκη. Είναι σχεδόν βέβαιο ότι δεν μπορούν να προωθήσουν τον εαυτό τους ως κατάλληλο υποψήφιο για μια θέση από την στιγμή που και οι ίδιοι έχουν συναισθήματα ανεπάρκειας. Υπάρχει λοιπόν, δεδομένης της κατάστασης τους, ένα μεγάλο ποσοστό αποτυχίας σε μια συνέντευξη από κάποιο εργοδότη το οποίο θα οφείλεται στην έλλειψη αισιοδοξίας

Οι προσδοκίες που δεν εκπληρώνονται και ο μεγάλος χρόνος αναμονής για εύρεση εργασίας χειροτερεύουν την κατάσταση των ανέργων και όσο απογοητεύονται τόσο σταματούν και οι προσπάθειές τους. Λόγω απαισιοδοξίας και έλλειψη πίστης στον εαυτό τους μειώνεται η δυναμική τους ότι σύντομα θα βρουν κάτι που να τους καλύπτει και ότι σύντομα θα λύσουν το πρόβλημα τους. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα σταδιακά να μειώνονται οι προσπάθειες τους. Απαραίτητο λοιπόν για να μην δημιουργηθεί αυτός ο φαύλος κύκλος είναι να διατηρηθεί από το άτομο ένας σταθερός ρυθμός αναζήτησης. Μπορεί να ορίσει κάποιο χρονικό διάστημα κάθε μέρα και να ασχολείται με κάτι που αφορά τον σκοπό του, όπως η αποστολή ενός βιογραφικού σημειώματος.<sup>15</sup>

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2<sup>ο</sup> : ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΚΡΙΣΗ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

### 2.1. Οικονομική κρίση και άγχος

Άγχος μπορεί να εμφανίσει κάποιος, από μόνος του, στο χώρο εργασίας, στο κοινωνικό περιβάλλον και γενικά από πολλά και διαφορετικά γεγονότα και καταστάσεις. Στρεσογόνες καταστάσεις όπως η απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου ή η μοναξιά, είναι κοινές για όλους τους ανθρώπους. Κάποιοι παράγοντες όπως, οι προσδοκίες, οι επιθυμίες, οι συνθήκες του περιβάλλοντος, η ελλιπής κοινωνική υποστήριξη, ο αρνητικός τρόπος με τον οποίο βλέπουμε τα πράγματα, κάποιες αρνητικές συνήθειες και χαρακτηριστικά της προσωπικότητας και της ιδιοσυγκρασίας ενός ατόμου μπορούν να δημιουργήσουνε στρεσογόνες καταστάσεις.<sup>16</sup>

Η κρίση αυξάνει τις ψυχολογικές διαταραχές και επηρεάζει την προσωπικότητα των ανθρώπων, όχι όμως με τον ίδιο τρόπο τον καθένα. Τα άτομα που είναι πιο ευαίσθητα στις ψυχικές ασθένειες είναι αναμενόμενο να επηρεαστούν σε μεγαλύτερο βαθμό από τους υγιείς ανθρώπους. Η ασφάλεια που αισθανόμαστε είναι ένα από τα βασικά στοιχεία της ψυχολογίας για την ύπαρξη μας και για την κοινωνική μας ζωή η οποία επηρεάζεται επίσης. Η ψυχολογία μας επηρεάζεται γενικά σε μεγάλο βαθμό από τις κοινωνικές και οικονομικές αλλαγές που γίνονται για να ανταπεξέλθουμε σε αυτή την κατάσταση. Οι άντρες, κυρίως αυτοί που είναι άνεργοι, οι ηλικιωμένοι και οι γυναίκες είναι ομάδες υψηλού κινδύνου για συναισθηματική πίεση λόγω οικονομικών δυσκολιών. Έχει υπάρξει συσχέτιση στο παρελθόν της ανεργίας με την έντονη θλίψη, το άγχος και κάποια ψυχοσωματικά συμπτώματα. Η αλλαγή στις οικογενειακές και διαπροσωπικές σχέσεις, η δημιουργία άγχους, φόβου, ανασφάλειας, η υποτίμηση του εαυτού και η επιθετικότητα, είναι αποτελέσματα της αβεβαιότητας που δημιουργεί η οικονομική κρίση. Εξέλιξη αυτής της κατάστασης μπορεί να οδηγήσει σε ακραίες καταστάσεις όπως αύξηση της εγκληματικότητας.<sup>17</sup>

Αυτό που έχουμε χαρακτηρίσει ως «συναισθηματικό εγκέφαλο», και ονομάζεται μεταιχμιακό σύστημα, έχει στη διάθεση του και βάζει σε λειτουργία το κύριο όπλο, το άγχος, για να αντιδράσει σε κάτι απειλητικό για τη ζωή μας. Το μυαλό μας δηλαδή μπορεί να δείξει αντίδραση στον κίνδυνο πιθανής απόλυσής μας από την δουλειά, με τρόπο ίδιο με το να αντιμετωπίζαμε ένα δηλητηριώδες φίδι.

Το ένστικτό μας επιτάσσει να προστατέψουμε την οικογένεια μας και εμάς τους ίδιους από όποια απειλή και αν προκύψει, ακόμη και από την οικονομική κρίση. Όσον αφορά όμως την κατάσταση της εργασίας υπάρχει μία σημαντική διαφορά η οποία αυξάνει το βάρος του άγχους που νιώθουμε. Το να απολυθούμε από την δουλειά μας δεν είναι κάτι που θα μας συμβεί, θα το αντιμετωπίσουμε και θα τελειώσουμε, ούτε κάτι που μπορούμε εμείς να αλλάξουμε. Όταν συμβεί θα μας ακολουθεί με διάφορους τρόπους και αυτό θα αυξάνει ακόμη περισσότερο το άγχος μας γιατί δεν θα μπορούμε να ελέγξουμε την κατάσταση αυτή. Αυτή η περίπτωση έχει να κάνει με το οικονομικό άγχος, το οποίο το άτομο δεν μπορεί να λύσει εύκολα διότι το μόνο που θα μπορούσε να κάνει πρακτικά, είναι να βρει δυο δουλειές και να αυξήσει τον μισθό του. Επειδή η κατάσταση αυτή αφορά μια αόρατη απειλή, το άγχος που εμφανίζεται είναι πιο ύπουλο και συνεχές. Το άτομο μπορεί να οδηγηθεί σε μελαγχολία, δυσθυμία, κατάθλιψη και ψυχοσωματικά συμπτώματα αν βιώνει αυτό το παρατεταμένο άγχος το οποίο δεν μπορεί να αντιμετωπίσει.<sup>18</sup>

Η ηθική του ατόμου, όσο παράδοξο και αν ακούγεται, είναι ένας λόγος να κάνει το άγχος που αισθάνονται οι άνθρωποι την εμφάνιση του, λόγω οικονομικών προβλημάτων στην Ελλάδα. Η προσωπική εικόνα που έχουν για τον εαυτό τους οι άνθρωποι δέχεται επίθεση από τη στιγμή που έχουν χρέη τα οποία δεν μπορούν να διαχειριστούν. Νιώθουν να απειλείται, εκτός από την επιβίωση τους, και η αυτό-εικόνα που έχουν, η οποία συμπεριλαμβάνει παράγοντες όπως η τιμιότητα και η αξιοπρέπεια τους. Είναι άνθρωποι με συγκεκριμένες αξίες οι οποίες καταπατούνται.<sup>18</sup>

Με σκοπό να εξαλείψουν το άγχος, αρκεί να συνειδητοποιήσουν ότι δεν υπάρχει απειλή για την αξιοπρέπεια τους, λόγω της συγκεκριμένης κατάστασης, όπως κάνουν πολλοί άνθρωποι οι οποίοι έχουν διαφορετική ηθική σε σχέση με τα παραπάνω, και έτσι αντιμετωπίζουν μόνο το άγχος της επιβίωσης.

Το άτομο αισθάνεται ότι ο μόνος τρόπος να λύσει το πρόβλημα του είναι να αυξηθεί ο μισθός του, και όλο αυτό μέσα σε μια ατμόσφαιρα άγχους. Για αυτό η αντιμετώπιση της κατάστασης δεν μπορεί να γίνει αποκλειστικά από τον ίδιο.

Η λογική μας σκέψη περιπλέκεται από το άγχος που μας καταβάλλει και δεν μας αφήνει να σκεφτόμαστε καθαρά. Γι αυτό το λόγο κάθε άτομο πρέπει να προσπαθήσει να επανεξετάσει, ακόμη και με βοήθεια να χρειαστεί, με την λογική του αν όντως αντιμετωπίζει τον κίνδυνο που πιστεύει, και να βάλει την λογική του πάνω από την αντίδραση του άγχους.<sup>18</sup>

## 2.2.Οικονομική Κρίση και Ψυχικές Ασθένειες

Γεγονότα σχετικά με τη ανεπιθύμητη οικονομική δυσμένεια, τις χαμηλές θέσεις εργασίας, την αβεβαιότητα για την εργασία και την δυσκολία στην εκπλήρωση υποχρεώσεων που αφορούν τα οικονομικά, είναι σύμφωνα με αρκετές μελέτες σημαντική απειλή για την ψυχολογία των ανθρώπων και προκαλούν έντονη αύξηση της εμφάνισης των διαταραχών της ψυχολογίας, όπως είναι η αγχώδη διαταραχή, οι κρίσεις πανικού, ψυχοσωματικά προβλήματα, κατάθλιψη και τέλος και η αυτοκτονία. Προβλήματα εθισμού, κατανάλωση τοξικών ουσιών, έντονο κάπνισμα και αλκοόλ παρατηρούνται επίσης σε μεγάλο βαθμό.

Επίσημα ο ΠΟΥ (Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας) ενημερώνει ότι η παγκόσμια οικονομική κρίση μπορεί να οδηγήσει σε έξαρση των αυτοκτονιών, ενώ περιστατικά έχουν ήδη κάνει την εμφάνισή τους και στη χώρα μας.

Οι αυτοκτονίες και οι απόπειρες αυτοκτονίας είναι πιο συχνό φαινόμενο σύμφωνα με μελέτες σε άτομα που δεν εργάζονται και γενικά σε κοινωνικά χαμηλά στρώματα σε σχέση με αυτούς που εργάζονται. Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι οι αυτοκτονίες στους άνεργους έχουν αυξηθεί και σε σχέση με ψυχιατρικούς ασθενείς. Το μορφωτικό επίπεδο και η οικογενειακή κατάσταση παίζουν σημαντικό ρόλο επίσης. Σε υψηλότερο κίνδυνο όπως είναι αναμενόμενο είναι ασθενείς οι οποίοι έχουν ιστορικό κατάθλιψης ή και απόπειρες αυτοκτονίας. Διαφυγή στο αλκοόλ και στα ναρκωτικά βρίσκουν όλο και περισσότεροι άνθρωποι πλέον. Αυτό όμως ξεκινά μια νέα σειρά προβλημάτων που έρχονται να προστεθούν σε αυτά που υπάρχουν ήδη. Ως εξέλιξη του πένθους, μέσα σε φυσιολογικά πλαίσια εμφανίζεται ο θυμός. Το αλκοόλ και άλλες τοξικές ουσίες μειώνουν τη καταστολή των βίαιων ενορμήσεων γι αυτό το λόγο εμφανίζεται αργότερα η βία. Με βάση αυτό, έχει παρατηρηθεί κατακόρυφη αύξηση των βίαιων θανάτων όπως για παράδειγμα τα τροχαία που οδηγούν στον θάνατο, η υπερβολική δόση αλκοόλ και ναρκωτικών, οι αυτοκτονίες και το έγκλημα. Ένα κοινωνικό λάθος που παρατηρείται είναι το εξής: είναι γνωστό ότι οι ψυχικές διαταραχές και οι αυτοκτονίες αυξάνονται λόγω της ανεργίας, από την άλλη όμως ο άνεργος χάνει μετά από λίγο χρονικό διάστημα και τα ασφαλιστικά του δικαιώματα και δυσκολεύεται σε μεγαλύτερο βαθμό να βρει λύσεις και θεραπείες.<sup>19</sup>

Η καλή απόδοση στην εργασία είναι απύσχα όταν υπάρχουν τα παραπάνω προβλήματα, οπότε ο εργοδότης, έχοντας ως αφορμή την κατάσταση της κρίσης, εντοπίζει εύκολα τους λιγότερο δυνατούς και τους απολύει πρώτους με αποτέλεσμα την ενίσχυση της υπάρχουσας δύσκολης ψυχολογικής κατάστασης. Την επιλογή αυτών που θα απολυθούν, με αυτόν τον τρόπο, μπορούν να την

αντιληφθούν αυτοί οι αδύναμοι εργαζόμενοι, χωρίς να έχει έρθει ακόμη η απόλυση, με αποτέλεσμα όλες οι ανασφάλειες και το άγχος να διογκώνονται και ως αποτέλεσμα να μην υπάρχει εργασιακή αποτελεσματικότητά, αφού έχουν ήδη βρεθεί σε πανικό. Η ψυχική αποσταθεροποίηση εμφανίζεται από την οικονομική αβεβαιότητα και οδηγεί ένα ποσοστό αυτών στο να χάσουν την δουλειά τους. Ως επακόλουθο η ταραχή μένει και το άτομο αρχίζει να εγκλωβίζεται.<sup>19</sup>

Για αυτούς τους λόγους πρέπει το κράτος να προστατέψει σημαντικές υπηρεσίες της κοινωνίας που απευθύνονται σε ευάλωτους πληθυσμούς, να στηριχθεί το κράτος πρόνοιας, να στηριχθούν τα άτομα υψηλού κινδύνου, να βοηθηθούν οι άνεργοι και τα άτομα με ψυχιατρικά προβλήματα, να υπάρξει καλύτερη εκπαίδευση ιατρών πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας, να υπάρχει εξέλιξη στην θεραπεία της κατάθλιψης και άλλων διαταραχών, και τέλος καλύτερη πρόσβαση στο σύστημα παροχής ψυχικής υγείας.<sup>20</sup>

### **2.3.Κοινωνικό στρες και χρήση αλκοόλ**

Σύμφωνα με μελέτες του 1950 οι κοινωνίες που αντιμετώπιζαν μεγαλύτερα ποσοστά άγχους ήταν αυτές που εμφάνιζαν και τα υψηλότερα ποσοστά κατά κεφαλήν χρήσης αλκοόλ. Μια μεγάλη οικονομική κρίση μπορεί να δημιουργήσει το χώρο για την ύπαρξη του κοινωνικού άγχους και αυτό ως αποτέλεσμα να αυξήσει τα ποσοστά μέσης κατανάλωσης αλκοόλ καθώς και μέση αύξηση στη βαριά χρήση αλκοόλ, σύμφωνα με έρευνες. Το χαμηλό κοινωνικοοικονομικό και μορφωτικό επίπεδο, η κατοχή στέγης, η ανεργία, οι επισφαλείς εργασιακές σχέσεις, οι αυξημένες εργασιακές απαιτήσεις και η μοναξιά είναι παράγοντες οι οποίοι έχουν συνδεθεί με τη χρήση νόμιμων και παράνομων ουσιών. Το κάπνισμα και η έναρξη χρήσης οινόπνευματων από εφήβους έχει συνδεθεί με τη χαμηλή γονική επίβλεψη και την μονογονεϊκή οικογένεια.<sup>21</sup>

### **2.4.Τι γνωρίζουμε για την σημερινή κατάσταση στην Ελλάδα**

Η οικονομική κρίση που βιώνουμε με όλα τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της, συνδέεται με την ιστορία της διαδικασίας συγκέντρωσης του κεφαλαίου μετά τον πόλεμο στον καπιταλισμό που είχε αναπτυχθεί και πιο ειδικά τη «χρυσή εποχή» που είχε συσσωρευτεί το κεφάλαιο, την οικονομική κρίση το 1970, το πως αντιμετωπίστηκε η κρίση αυτή και κυρίως όταν το φαινόμενο της χρηματιστικοποίησης της καπιταλιστικής οικονομίας έγινε ουσιαστικό και έντονο, της τελευταίας φάσης δηλαδή.<sup>22</sup>



Στα χρόνια διαρθρωτικά προβλήματα και τις πολιτικές που εφαρμόστηκαν πρέπει να αναζητηθούν οι λόγοι που οδήγησαν στην κρίση αλλά και στη διεθνή συγκυρία της χρηματοπιστωτικής και οικονομικής κρίσης που τα έκανε να εμφανιστούν σε τόσο μεγάλα επίπεδα. Τα διαρθρωτικά προβλήματα είναι χαρακτηριστικό της οικονομίας μας καιρό πριν εμφανιστεί η χρηματοπιστωτική και οικονομική κρίση. Αυτά τα προβλήματα έγιναν πιο έντονα τα τελευταία έτη με την προσκόλληση σε πολιτικές που έχουν κατεύθυνση στις αυτορρυθμιζόμενες αγορές.<sup>23</sup> Άτυπες μορφές απασχόλησης ενισχύθηκαν από τον συνδυασμό του σκληρού ανταγωνισμού και της ανεργίας όπως και την παρουσία δύσκολων συνθηκών απασχόλησης οι οποίες έγιναν αποδεκτές από τους εργαζόμενους. Η καθημερινότητα του ατόμου σε οικογενειακό και προσωπικό επίπεδο έχει γίνει πολύ δύσκολη εξαιτίας παραγόντων όπως τα μειωμένα ωράρια εργασίας, η εργασία μέσω διαδικτύου, τα βαριά ωράρια και οι βάρδιες που εναλλάσσονται.<sup>24</sup> Μέσα σε όλο αυτό το πλαίσιο η οικονομική δυσμένεια αυξάνεται κατά πολύ και έχει σχέση με την παρουσία νόσων καθώς τα άτομα εξαναγκάζονται να ζούνε σε ένα τριτοκοσμικό περιβάλλον, να μη τρέφονται καλά και να δουλεύουν σε μέρη άσχημα για την υγεία τους. Λόγω χαμηλού μορφωτικού επιπέδου αυτά τα άτομα δυσκολεύονται να αντιληφθούν τις καταστάσεις που είναι επικίνδυνες για την υγεία τους και επιπρόσθετα σε αυτά ο χαμηλός μισθός τους δυσκολεύει το να επισκεφτούν κάποια ποιοτική υπηρεσία υγείας.<sup>25</sup>

Η παγκόσμια οικονομική κοινότητα ανησυχεί για την πρόσφατη οικονομική κρίση στην Ελλάδα. Βασικοί λόγοι της ανεπάρκειας είναι οι σημαντικές διαρθρωτικές αδυναμίες στην οικονομία και την κοινωνία και ακόμη και στη δημόσια διοίκηση που οδηγούν στη γραφειοκρατία, τη διαφθορά, τη μειωμένη ποιότητα των υπηρεσιών που παρέχονται και μεγάλο κόστος.

Η Ελλάδα, όπως είναι γνωστό, έχει έρθει αντιμέτωπη με την εντονότερη οικονομική κρίση της ιστορίας των τελευταίων ετών και αυτό οφείλεται στην αναποτελεσματική και αντιπαραγωγική δημόσια διοίκηση η οποία οδήγησε στο μεγάλο δημόσιο χρέος της χώρας και δημιούργησε τα ελλείμματα. Η οργάνωση και το στήσιμο των περισσότερων ελληνικών ιδρυμάτων του δημοσίου μπορεί να θεωρηθεί γραφειοκρατικό και έχει ως χαρακτηριστικό την απουσία ειδικών συστημάτων τεκμηρίωσης, μειωμένο έλεγχο και μηδενική αξιολόγηση. Οι πολιτικές που λαμβάνονται δεν ακολουθούν ένα ορθολογικό σύστημα με προτεραιότητες και στρατηγικές για την λήψη αποφάσεων. Σχηματίζονται περισσότερο από τις αντιλήψεις των ηγετών, την πίεση της κοινής γνώμης, τα επαγγελματικά και οικονομικά συμφέροντα. Λόγω του γεγονότος ότι μπλέκονται πολλοί διαφορετικοί επαγγελματίες υγείας είτε του δημοσίου είτε του ιδιωτικού, χωρίς καμία οργάνωση και έλεγχο του συστήματος, η πρωτοβάθμια φροντίδα στη χώρα μας είναι υπό διάλυση. Υπάρχουν ικανοποιητικοί δείκτες υγείας στην χώρα μας, και αυτό ίσως υπάρχει λόγω του καλού κλίματος, της υψηλής ποιότητας ζωής και ίσως της υγιεινής διατροφής.<sup>26</sup>

#### Σχέση της ανεργίας με την υγεία

Η μακρόχρονη ανεργία αύξησε τα ποσοστά της νοσηρότητας και της θνησιμότητας σε σχέση πάντα με κάποιους παράγοντες όπως η ηλικιακή ομάδα, η οικογενειακή κατάσταση, το εισόδημα, η εργασία και η δύσκολη πρόσβαση στις ιατρικές υπηρεσίες. Κάποιες ακόμη συνέπειες της ανεργίας είναι η υιοθέτηση ανθυγιεινών συνηθειών ,διαταραχές στην ψυχολογία ψυχοσωματικές διαταραχές και αυτοκτονίες.<sup>26</sup>

### Σχέση της οικονομικής κρίσης με την ψυχική υγεία

Σημαντική μείωση της λειτουργικότητας και μάλιστα σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας δημιουργούν οι συναισθηματικές ψυχικές διαταραχές, οι οποίες είναι πιθανό μέχρι το 2020 να φτάσουν τη δεύτερη θέση σε συχνότητα εμφάνισης , μετά την ισχαιμική καρδιοπάθεια, πράγμα που τις κάνει πολύ σημαντικές για την δημόσια υγεία.

Έχουν απασχολήσει σημαντικά την επιστημονική κοινότητα οι επιδράσεις της κρίσης στην ψυχική υγεία ,για αυτό το λόγο κρίνει αναγκαία την παροχή της κατάλληλης παρέμβασης από τα δημόσια συστήματα υγείας.

Σύμφωνα με έρευνα των Ευθυμίου Κ, Αργαλία Ε, Κασκαμπά Ε, Μακρή Α η οικονομική δυσμένεια είχε λιγότερη επιρροή στην ψυχική υγεία εάν το άτομο είχε έντονες πεποιθήσεις αυτό-αποτελεσματικότητας. Υπήρχε σχέση με την καλή ζωή και την καλύτερη ψυχική υγεία μόνο εάν η οικονομική δυσκολία που γινόταν αντιληπτή ήταν σε χαμηλά επίπεδα ενώ το εργασιακό status είχε μικρή επιρροή στη σχέση μεταξύ οικονομικής δυσχέρειας και ψυχικής υγείας. Με βάση αυτά τα αποτελέσματα, το υποκειμενικό οικονομικό στρες μπορεί να ποικίλει ακόμη και υπό την επιρροή αντικειμενικού οικονομικού άγχους . Με αυτόν τον τρόπο μπορεί να αλλάζει και η υγεία του ατόμου.

26

## **2.5. Απόπειρες αυτοκτονίας στη διάρκεια της οικονομικής κρίσης στην Αθήνα**

Ένα φαινόμενο που παρουσιάζεται εδώ και δεκαετίες ανά τον κόσμο και επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες είναι η αυτοκαταστροφική συμπεριφορά κάποιων ατόμων. Οικονομικές κρίσεις στο παρελθόν όπως για παράδειγμα το «κραχ» των ΗΠΑ το 1929 και οι κρίσεις της οικονομίας της Ασίας, της Ρωσίας και της Αργεντινής της δεκαετίας του 1990, έχουν συσχετιστεί με άσχημες μεταβολές της ψυχικής υγείας των ατόμων που επλήγησαν. Η παρουσία συμπτωμάτων άγχους και κατάθλιψης και τα περιστατικά απόπειρας αυτοκτονιών επηρεάζονται σε μεγάλο βαθμό από την ανεργία, τη εργασιακή ανασφάλεια, τα χρέη, τη φτώχεια και τον κοινωνικό αποκλεισμό. Η χρήση αλκοόλ και

ουσιών αυξάνεται χάρη στις οικονομικές δυσκολίες και την μείωση των δαπανών του κράτους για πρόσβαση στις υπηρεσίες υγείας. Διεξήχθη μελέτη με σκοπό να ερευνηθεί από τη μια η αύξηση από απόπειρες αυτοκτονίας και από την άλλη αν παρουσιάζονται διαφορές σε κλινικά και δημογραφικά χαρακτηριστικά αυτών που αποπειράθηκαν εν μέσω της κρίσης. Εξετάστηκαν οι φάκελοι ατόμων που είχαν εισαχθεί στις Παθολογικές Κλινικές του Γενικού Νοσοκομείου «Η Σωτηρία» στην πρωτεύουσα ύστερα από απόπειρα αυτοκτονίας το έτος 2007, πριν την οικονομική κρίση και το έτος 2011 κατά τη διάρκεια της οικονομικής κρίσης. Οι περισσότεροι από αυτούς που αποπειράθηκαν διαγνώστηκαν με κάποια ψυχιατρική διαταραχή. Οι διαταραχές της διάθεσης ήταν οι συχνότερες σε εμφάνιση. Έγινε καταγραφή των δημογραφικών στοιχείων των ασθενών, το ιστορικό τους, η ψυχική τους κατάσταση αυτή τη στιγμή καθώς και το ιστορικό αποπειρών αυτοκτονίας. Επιπλέον, αξιολογήθηκε το πόσο σοβαρές ήταν αυτές οι απόπειρες αυτοκτονίας. Αυτές που σημειώθηκαν ήταν 70 το 2007, πριν την οικονομική κρίση και 95 το 2011, κατά τη διάρκεια της οικονομικής κρίσης. Βρέθηκε μια αύξηση στις απόπειρες της τάξεως του 35,71%. Παρουσιάστηκε στατιστικά σημαντική αύξηση των ανέργων και των έγγαμων, χήρων και διαζευγμένων αποπειραθέντων σχετικά με την οικογενειακή και εργασιακή τους κατάσταση. Η οικονομική κρίση λοιπόν σχετίζεται σε κάποιο βαθμό με την αυξητική τάση των αποπειρών αυτοκτονίας στην πόλη της Αθήνας και αξίζει να σημειωθεί ότι συχνότερα αποπειράθηκαν οι άνεργοι, οι παντρεμένοι, οι χήροι και οι διαζευγμένοι, κατά τη διάρκεια της κρίσης.<sup>27</sup>

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3<sup>ο</sup> : ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΚΡΙΣΗΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

### 3.1. Η οικονομική κρίση και οι επιπτώσεις της στην ψυχική υγεία

Σε τρεις κατηγορίες μπορούμε να βάλουμε τα αποτελέσματα αυτής της κρίσης σε σχέση με την ψυχική υγεία και αυτές είναι: η προσωπική νοσηρότητα, η κοινωνική νοσηρότητα και η συστηματική νοσηρότητα. Σε αυτά μπορούμε να προσθέσουμε και τις ιδιαιτέρως σοβαρές και κάποιες φορές άλυτες επιπτώσεις της κρίσης, όπως επίσης και τις επιπτώσεις που διεμβολίζουν γενεές. Η κατάθλιψη, η αυτοκτονικότητα, η αυτοκτονία, η ανθρωποκτονία, η χρήση τοξικών ουσιών και οι υποτροπές των χρηστών, αφορούν την κακή ψυχική υγεία σε γενικό πλαίσιο και αφορούν επίσης το επίπεδο προσωπικής νοσηρότητας. Επειδή η κατάθλιψη παρουσιάζει στην εκδήλωσή της κλινικά ποικιλομορφία και επειδή η σχέση της με την αυτοκτονία και η επιρροή της από την οικονομική κρίση έχουν μεγάλη σημασία θα πρέπει να γίνονται πιο έντονες οι κινήσεις ανεύρεσης της αυτοκαταστροφικής για το άτομο αυτής ασθένειας. Παράλληλα όμως, δεν θα πρέπει να συγχέεται μια φυσιολογική και αναμενόμενη θλίψη του πληθυσμού με νόσο. Το συμπέρασμα ότι είμαστε μια κοινωνία που ζει μέσα στην κατάθλιψη και ότι η χώρα μας είναι καταθλιπτική είναι υπερβολές φυσικά και έχουν δημοσιογραφικές σκοπιμότητες. Η θλίψη στους πολίτες είναι κάτι φυσιολογικό, το αφύσικο θα ήταν να βιώνουν μια άρνηση της δύσκολης κατάστασης που ζούμε. Είναι ξεκάθαρο λοιπόν ότι υπάρχει σημαντική διαφορά ανάμεσα σε μια αντίδραση όπως είναι η θλίψη και μια αφύσικη αντίδραση όπως είναι η κατάθλιψη.<sup>28</sup>

Μεγάλο ποσοστό των Ελλήνων έχουν την τάση να χαρακτηρίζουν την υγεία τους «κακή». Αλληλένδετες είναι η ψυχική και η σωματική υγεία για αυτό και η μια επηρεάζεται από την άλλη. Μεγάλη σημασία έχει δοθεί στις επιπτώσεις της οικονομικής δυσχέρειας στην ψυχική υγεία. Η καλή οικονομική κατάσταση υποστηρίζεται ότι παρέχει προστασία απέναντι στην αυτοκτονία, ενώ τα χρέη και η κακή οικονομική κατάσταση κάνουν τους πολίτες ευάλωτους. Οι παροχές υπηρεσιών ψυχικής υγείας οδηγούνται σε σοβαρά λειτουργικά προβλήματα, τα οποία μπορούν να οδηγήσουν σε πλήρη ανοργάνωτη κατάσταση, εξαιτίας την απολύτως λογικής υποχρηματοδότησης των υπηρεσιών ψυχικής υγείας σε συνδυασμό με την ζήτηση προσφοράς υπηρεσιών. Το παράδοξο της κατάστασης είναι το γεγονός ότι τα κονδύλια που περικόψανε ήταν σε μεγάλο βαθμό σε υπηρεσίες που εξυπηρετούν

αυτούς σε μεγαλύτερη ανάγκη για προστασία, όπως είναι ομάδες της κοινωνίας ευάλωτες και αυτοί που πάσχουν ήδη από διαταραχές. Για τον λόγο ότι οι οικονομικές κρίσεις οδηγούν σε ανεργία, και αυτά τα δύο έχουν σχέση γνωστή από παλιά, θα μπορούσαμε να προβλέψουμε την αύξηση των αυτοκτονιών σε αυτή την περίοδο. Αυτό έχει συμβεί σε πολλές χώρες αλλά στην Ελλάδα τα πράγματα δεν είναι σαφή. Παρουσιάζεται αύξηση της αυτοκτονικότητας όμως δεν έχει καταγραφεί με ακρίβεια αύξηση και των ουσιαστικών αυτοκτονιών, αλλά επειδή επακόλουθο της αυτοκτονικότητας είναι η αυτοκτονία υπάρχει πιθανότητα να γίνουν τέτοιες καταγραφές στο προσεχές μέλλον. Αν δεν παρουσιαστεί μια τέτοια αύξηση θα είναι λόγω αντοχής των πολιτών της Ελλάδας, ίσως επειδή έχουμε διατηρήσει τον θεσμό της οικογένειας σε πολύ καλό επίπεδο και έχει την τάση να προσφέρει προστασία στα μέλη του.<sup>29</sup> Οι δείκτες αυτοκτονίας έχουν αρνητική συσχέτιση σύμφωνα με έρευνα, με την πληρότητα των υπηρεσιών ψυχικής υγείας με εργαζόμενους και δομή και η «επένδυση» στην πρόληψη για την ψυχική υγεία έχει οικονομικό όφελος. Με βάση αυτά μπορούν να τροφοδοτηθούν πειστικά τα επιχειρήματα για χρηματοδότηση των υπηρεσιών ψυχικής υγείας στην Ελλάδα άμεσα.<sup>28</sup>

Λόγω όλων αυτών των μεταβολών στη ζωή των ανθρώπων και ψυχικά και σωματικά, το ερευνητικό πανεπιστημιακό ινστιτούτο ψυχικής υγιεινής, διεξήγαγε επιδημιολογικές μελέτες σε όλη την επικράτεια με σκοπό να εξετάσει την επίδραση της συνεχούς οικονομικής κρίσης στην ψυχική υγεία των Ελλήνων. Η εκτίμηση των οικονομικών θεμάτων έγινε μέσω του Δείκτη Οικονομικής Δυσχέρεια και η κατάθλιψη και η διαταραχή γενικευμένου άγχους εκτιμήθηκαν μέσω των αντίστοιχων τμημάτων της Δομημένης Κλινικής Συνέντευξης. Βρέθηκε σημαντική τάση για αύξηση για την επικράτηση της μείζονος κατάθλιψης, όχι όμως αγγίζοντας τα όρια στατιστικής σημαντικότητας. Στα ίδια επίπεδα έχει παραμείνει η επικράτηση της διαταραχής γενικευμένου άγχους. Οι έγγαμοι και οι εργαζόμενοι αποτελούν την μερίδα των πολιτών που έχει επιβαρυνθεί περισσότερο. Τέλος, σχετίζεται με την παρουσία μείζονος κατάθλιψης η οικονομική στενότητα, αλλά όχι με την εμφάνιση διαταραχής άγχους.<sup>29</sup>

### **3.2.Οι επιπτώσεις της κοινωνικό-οικονομικής κρίσης στην ψυχική υγεία παιδιών και εφήβων**

Δυο τρόποι αλληλένδετοι υπάρχουν που επηρεάζεται η ψυχική υγεία από την κρίση. Αρχικά, εξαλείφει τις άμυνες της οι οποίες την προστατεύουν και βοηθούν στη διατήρησή της σε φυσιολογικά επίπεδα και μετά ενισχύονται οι απειλητικές για αυτή καταστάσεις με την εμφάνιση ψυχικών διαταραχών. Η ανεργία, το χαμηλό εισόδημα, οι διαφορετικές μορφές εργασίας, τα χρέη των νοικοκυριών, η στεγαστική δυσκολία, οι κοινωνικές ανισότητες, ο αποκλεισμός από την κοινωνία των λιγότερο προνομιούχων, η απουσία του προσωπικού ελέγχου του ατόμου και η απουσία σιγουριάς για το μέλλον του είναι καταστάσεις που κάνουν πιο έντονη την κατανόηση της επίδρασης της κρίσης

στην ψυχική υγεία. Εξαιτίας αυτών παρουσιάζεται αύξηση της ψυχιατρικής νοσηρότητας σύμφωνα με επιστήμονες όταν έγινε μέτρηση των κρίσεων. Έχει τονιστεί η συσχέτισή της κατάθλιψης και των αποπειρών αυτοκτονίας με την ανεργία και την ανασφάλεια στον εργασιακό τομέα.<sup>30</sup>

Οι υπηρεσίες ψυχικής φροντίδας έχουν απαιτήσεις που συνεχώς αυξάνονται αλλά επειδή υπάρχουν περικοπές στις δαπάνες η παροχή τους μειώνεται, και αυτό είναι σίγουρα παράδοξο. Το επίπεδο της ψυχικής υγείας με αυτόν τον τρόπο χειροτερεύει συνεχώς αφού δημιουργείται ένας κύκλος. Το γενικευμένο αίσθημα αβεβαιότητας και ανασφάλειας είναι από τα κύρια χαρακτηριστικά της οικονομικής κρίσης και επηρεάζει όλες τις συμπεριφορές των ατόμων όπως τις ατομικές αλλά και τις ομαδικές συμπεριφορές που έχουν οι ενήλικες σε κοινωνικό επίπεδο που δημιουργούν ένα άσχημο πλαίσιο για την εξέλιξη της πιο ευάλωτης όλων των κοινωνικών ομάδων η οποία είναι τα παιδιά και οι έφηβοι. Το παιδί όταν γεννιέται έχει ένα υπόβαθρο, ενώ παράλληλα δημιουργεί συμπεριφορικές, συναισθηματικές σχέσεις με την οικογένεια του, τη μητέρα, τον πατέρα και τα αδέρφια του, αν έχει, και γενικά τα κοντινά του άτομα. Ο τρόπος του και η συμπεριφορά του καθορίζεται από το σύνολο της κοινωνίας στην οποία ζει. Όταν λοιπόν η κοινωνία βρίσκεται σε κατάσταση οικονομικής κρίσης τότε και η οικογένεια γεμίζει από το αίσθημα απόγνωσης, του αβοήθητου και του πανικού.<sup>30</sup>

Η οικογένεια παρουσιάζει πολλές κυκλικές αλληλεπιδράσεις και εν μέσω οικονομικής κρίσης τα γεγονότα συμβαίνουν σε όλη την οικογένεια στο σύνολό της και όχι σε ένα άτομο μέσα από αυτή, άσχετα αν εκδηλώνεται πιο έντονο σε κάποιο μέλος. Ο γονέας με κάποια αγχώδη διαταραχή δυσκολεύεται να κατανοήσει και να ανακουφίσει το στρες του παιδιού του, αυτός που έχει κατάθλιψη δυσκολεύεται να παρέχει ασφάλεια και να φροντίσει το παιδί έχοντας ως αποτέλεσμα να οδηγείται σε σύγχυση ρόλων, σε υποβιβασμό των αναγκών του και τέλος στη δημιουργία ενός «ψευδούς εαυτού». Ο γονέας ο οποίος αντιμετωπίζει ενοχές θα μεταδώσει τα δικά του ζητήματα τα οποία δεν έχει λύσει στο παιδί του με μπερδεμένα μηνύματα. Έτσι οι σχέσεις μεταξύ των γονιών και των παιδιών μεταβάλλονται. Οι αλλαγές της οικονομικής κατάστασης καθώς και της κοινωνικής, οι πολιτισμικές ιδιαιτερότητες, η εξάλειψη των θεσμών, η συνεχόμενη διάψευση, η απουσία ορίων, η σύγχυση ρόλων, οι σοβαρές εντάσεις και η δυσλειτουργία των γονιών είναι καταστάσεις επικίνδυνες που δημιουργούν στο παιδί είτε μια τραυματική αίσθηση λόγω της ουσίας των ερεθισμάτων που δέχεται, είτε πλήρη απώλεια του υποστηρικτικού ρόλου του οικογενειακού πλαισίου. Σαν συνέπεια όλα αυτά είναι παιδιά που δεν έχουν την προσοχή που θα έπρεπε ή ακριβώς το αντίθετο, παιδιά κακομαθημένα και ανώριμα. Παιδιά γεμάτα ψυχισμούς σε αναστολή τους οποίους χρησιμοποιούν ως αντίδραση για να επιβιώσουν ψυχικά, ή διάφοροι ψυχισμοί που παρουσιάζονται με τη βία ώστε να εκτονωθούν οι σιωπηλές κραυγές οργής. Οι ταυτίσεις με τους γονείς είναι μια αναγκαία τους για τους εφήβους ανάγκη την οποία χρησιμοποιούν ως μηχανισμό άμυνα που θα στηρίξει τη ναρκισσιστική και ιδεολογική τους ανακατάταξη για εξέλιξη της προσωπικής ταυτότητας τους. Γι αυτό και οι διαδικασίες είναι πιο

δύσκολες για αυτούς. Τα πρότυπα γκρεμίζονται και χάνονται, οι γονείς φαίνονται ευάλωτοι και είναι αδύνατο για αυτούς να αντέξουν τον θυμό που οδηγεί στην αυτονομία, οι δε σκέψεις που ενισχύουν την επεξεργασία της αλλαγής απουσιάζουν. Σε σχέση με τα πρότυπα, βρισκόμαστε σε μια εποχή που μας βάζει αντίπαλους με ψεύτικα διλήμματα τα οποία μας δημιουργούν το αίσθημα του πανικού, της ανικανότητας, της εγκατάλειψης και του αδιέξοδου ενώ παράλληλα μας εξωθεί να αποδεχτούμε και να γίνουμε ένα με μηνύματα, προωθούν τον εγωκεντρισμό και την ατομική λύση. Δυστυχώς, σε αυτές τις μέρες που διανύουμε λείπουν εκείνα τα πρότυπα και είδωλα τα οποία είναι άξια να ενισχύσουν τις σωστές διαδικασίες εξιδανίκευσης αλλά και για ταύτιση. Η προσωπικότητα του παιδιού δημιουργείται μέσω μιας σειράς ταυτίσεων. Πρώτα από τους γονείς και μετά με άλλα σημαντικά πρόσωπα για αυτούς. Αν το παιδί αποκτήσει υγιή πρότυπα θα μπορέσει να κάνει σωστές ταυτίσεις. Δίνεται, πλέον, έμφαση σε συγκεκριμένα χαρακτηριστικά και όχι στο σύνολο, με αποτέλεσμα να τονίζονται και να εξελίσσονται έτσι μόνο λίγες πλευρές του χαρακτήρα του παιδιού όπως είναι η σεξουαλικότητα του, ή η επιθετικότητα.<sup>30</sup>

Ένας σημαντικός κοινωνικός θεσμός, όπως είναι το σχολείο, δέχεται ένα συνεχόμενο υποβιβασμό και μια απαξίωση. Πέρα από το γεγονός ότι πλέον τα σχολεία έχουνε σοβαρά ζητήματα λειτουργικά όπως ελλείψεις σε πολλά πράγματα που κάνουν την σωστή λειτουργία τους αδύνατη, απαξιώνονται και οι εκπαιδευτικοί που εργάζονται σε αυτά. Έτσι οι εκπαιδευτικοί, ενώ παλαιότερα είχαν πολλές «ιδιότητες» ως πρότυπα εξιδανικευμένα και ως αυθεντίες, ως σύμβολα της εξουσίας και νόμου, ως υποκατάστατα των γονέων, απαξιώνονται, υποτιμούνται και υποβιβάζονται.

Τέλος, λόγω των οικονομικών δυσκολιών και των περικοπών σε πολλούς φορείς του δημοσίου υπήρξε η μείωση των παιδοψυχιατρικών υπηρεσιών του ΕΣΥ, οι οποίες είχαν ήδη μεγάλα ποσοστά ανεπάρκειας. Επίσης, υπήρξε κατάργηση ουσιαστικών πολιτικών για την παιδική μέριμνα για τις ομάδες παιδιών με νοητική υστέρηση, αναπτυξιακές διαταραχές και άλλα.<sup>30</sup>

Οι Pfoertner TK, Rathmann K, Elgar FJ et al. βρήκαν τα εξής αποτελέσματα σχετικά με τα ψυχολογικά παράπονα των εφήβων για την υγεία και την οικονομική ύφεση. Συμπέραναν ότι αν και η ανεργία των νέων έχει αυξηθεί κατά τη διάρκεια της οικονομικής κρίσης, οι τιμές των ψυχολογικών παραπόνων για την υγεία μεταξύ τους δεν επηρεάστηκαν σε ορισμένες χώρες, ακόμα και μειώθηκαν σε κάποιες άλλες. Μόνο η ανεργία των νέων το 2010 αύξησε την πιθανότητα εμφάνισης ψυχολογικών παραπόνων υγείας, ενώ το αντίστοιχο ποσοστό αλλαγής της υπό το φως της ύφεσης, καθώς και η ανεργία των ενηλίκων δεν σχετίζονται με τα επίπεδα των ψυχολογικών παραπόνων για την υγεία.

Η μελέτη αυτών δείχνει ότι η αρνητική μετατόπιση της πρόσφατης ύφεσης στην αγορά εργασίας σε διάφορες χώρες, δεν έχει παρουσιάσει ψυχολογικές επιπτώσεις στην υγεία των εφήβων.<sup>31</sup>

### 3.3.Τρόπος επίδρασης της οικονομικής κρίσης στην υγεία των πολιτών και στα συστήματα υγείας

Η φτώχεια ως αποτέλεσμα της κρίσης και της ανεργίας μπορεί να οδηγήσει στον κοινωνικό αποκλεισμό πολλών ανθρώπων και έτσι να δημιουργηθούν ψυχικές διαταραχές. Υπάρχει συσχέτιση της ανεργίας με την αύξηση της κατανάλωσης αλκοόλ, αύξηση στα ποσοστά αυτοκτονιών και στα περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας. Πιο συγκεκριμένα, οι οικονομικές κακουχίες σχετίζονται με την εμφάνιση ασθενειών, διότι οι άνθρωποι εξαναγκάζονται να ζούν σε ένα υποβαθμισμένο περιβάλλον, να μην τρέφονται σωστά και να εργάζονται ανθυγιεινές περιοχές άκρως επικίνδυνες.

Το προσδόκιμο επιβίωσης, η νοσηρότητα, η θνησιμότητα αλλά η πρόσβαση στις υπηρεσίες υγείας είναι δείκτες υγείας οι οποίοι επηρεάζονται από την οικονομική κατάσταση των ανθρώπων. Τα συστήματα υγείας αντιμετωπίζουν δεδομένης της κατάστασης πολλά ζητήματα χρηματοδότησης λόγω απουσίας των κρατικών συνεισφορών για την υγεία και μείωσης των κονδυλίων καθώς και λόγω της απουσίας της οικονομικής βοήθειας από πιο πλούσιες χώρες, οι οποίες πληρώνουν ένα μεγάλο μέρος της χρηματοδότησης για την υγεία.<sup>32</sup>

Η κρίση στην Ευρώπη ξεκίνησε το 2008 και οι επιπτώσεις της ήταν αισθητές στους πολίτες της χώρας μας. Η ανεργία αυξήθηκε σε μεγάλο βαθμό, από 6,6% το 2008 σε 22% το 2012 ενώ η ανεργία των πιο νέων ανθρώπων έφθασε το 45%. Σαν χώρα λάβαμε οικονομική βοήθεια από το Διεθνές Νομισματικό Ταμείο και τα κράτη-μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης, αλλά αυτό είχε ως συνέπεια να δεχτούμε πολλά αυστηρά μέτρα για την ανάκαμψή μας που περιλάμβαναν μεγάλες μειώσεις των δημοσίων δαπανών. Μειώθηκαν ως αποτέλεσμα αυτών των δεσμεύσεων οι κλίνες και οι εργαζόμενοι στα δημόσια νοσοκομεία και γενικώς έγινε μια σημαντική μείωση στις δαπάνες υγείας. Είναι παράδοξο αλλά παρόλα αυτά παρουσιάστηκε μια αύξηση στις εισαγωγές στα δημόσια νοσοκομεία με ταυτόχρονη μείωση στις εισαγωγές στα ιδιωτικά νοσοκομεία. Σύμφωνα με πρόσφατες παρατηρήσεις παρουσιάστηκε αύξηση των αυτοκτονιών και των αποπειρών αυτοκτονίας, αύξηση των εγκλημάτων και της βίαιης συμπεριφοράς, αύξηση των ατόμων με HIV και αύξηση στη χρήση ηρωίνης.<sup>33</sup> Το βάθος και η διάρκεια της κρίσης παίζουν, συμπερασματικά, σημαντικό ρόλο στη σχέση της κρίσης με την ψυχική υγεία καθώς και από το αν μπορεί το άτομο να αναπτύξει μηχανισμούς προστασίας της κοινωνίας μας. Ομάδες υψηλού κινδύνου για νοσηρότητα και θνησιμότητα όπως επίσης και αυτοκαταστροφικές συμπεριφορές είναι οι άνεργοι, οι άποροι και αυτοί που πάσχουν από χρόνιες παθήσεις ψυχικές είτε σωματικές. Η προστασία των ατόμων που κινδυνεύουν περισσότερο σε αυτούς τους δύσκολους καιρούς οικονομικών και κοινωνικών κρίσεων που διανύουμε θα έπρεπε να είναι το κυρίαρχο μέλημα όλων των χωρών.<sup>33</sup>



### 3.4. Γενικότερες επιπτώσεις της κρίσης στην οικογένεια

Η οικονομική κρίση στην ελληνική κοινωνία έχει αλλάξει τις οικογενειακές ισορροπίες και έχει επιφέρει μεγάλες αλλαγές στο τοπίο. Στις μέρες μας το 60% των γυναικών βοηθά, πλέον, πάνω από το 50% στο οικογενειακό εισόδημα, ενώ πριν δύο μόλις χρόνια το 80% των ανδρών διασφάλιζε ένα μεγάλο μέρος του οικογενειακού εισοδήματος. Αυτά σύμφωνα με την έρευνα της Εταιρίας Επιλογής Στελεχών PeopleforBusiness με θέμα «Κρίση και οικογενειακές ισορροπίες», που έλαβε χώρα το χρονικό διάστημα από 15/10/2012 έως 15/12/2012, σε δείγμα 365 υψηλόβαθμων και μεσαίων στελεχών. Αυτή η έρευνα στόχευε να διερευνήσει τις αλλαγές που έχει προκαλέσει στις οικογενειακές ισορροπίες η οικονομική κρίση και η υψηλή ανεργία. Προκύπτει από την μελέτη ότι το 49,1% των ανδρών στελεχών, όσο ακόμη είχε την εργασία του, είχε αμοιβές που αποτελούσαν το 50-80% του οικογενειακού εισοδήματος, ενώ το 30,9% των στελεχών πριν μείνουν άνεργοι είχε εισόδημα που ξεπερνούσε το 80% του οικογενειακού εισοδήματος. Επίσης, μόνο για το 20% των στελεχών ο μισθός του δεν ξεπερνούσε το 50% του συνόλου του εισοδήματος της οικογένειας.<sup>34</sup>

Το 69,1% των γυναικών έχει μόνιμη εργασία και το 30,9% προσωρινή εργασία και το ποσοστό των γυναικών που έχει μισθωτή εργασία βρίσκεται στο 72,7%, ενώ αυτές που εργάζονται ως ελεύθεροι επαγγελματίες είναι στο 27,3%. Οι γυναίκες είναι γεγονός ότι μπορούν να κινηθούν με μεγαλύτερη ευελιξία και άνεση στην αγορά εργασίας. Μπορούν να έχουν μικρής σπουδαιότητας δουλειές, μπορούν να εργαστούν πιο εύκολα σε δουλειές για μικρό χρονικό διάστημα που όμως τους εξασφαλίζουν ένα καλό εισόδημα, ακόμη και αν μην είναι πολύ υψηλό. Τέλος, όπως προκύπτει το 18,2% των ανδρών στελεχών που είναι άνεργοι θα σκέφτονταν μείωση των αποδοχών άνω του 50%, το 19,5% θα δεχόταν μείωση των αποδοχών 40-50%, το 50% θα ήταν διαλλακτικό για μείωση 20-30%, το 25% θα εξέταζε μείωση 5-10%, ενώ μόνο το 5,5% δεν θα διαπραγματευόταν καμία μείωση στις αποδοχές που κέρδιζε όσο εργαζόταν.<sup>34</sup>

### 3.5. Η επιρροή στην ψυχική υγεία της οικονομικής κρίσης στην χώρα μας

Πολλές μελέτες εμφανίζουν σχέση μεταξύ των οικονομικών κρίσεων και της ψυχολογικής επιβάρυνσης των πολιτών. Διεξήχθη από μελετητές η σχέση των οικονομικών δεικτών :η ανεργία και το μέσο εισόδημα τα τελευταία 20 έτη και των δεικτών της ψυχικής υγείας: εισαγωγή σε ψυχιατρική κλινική, επίσκεψη σε εξωτερικά ιατρεία και επείγοντα , αυτοκτονίες, ανθρωποκτονίες, θνησιμότητα και διαζύγια, την τελευταία 10ετία, με στόχο να εξεταστεί η ενδεχόμενη επίδραση της τρέχουσας

οικονομικής κρίσης στην ψυχική υγεία των ανθρώπων. Τα δεδομένα παρελήφθησαν από την Ελληνική Στατιστική Υπηρεσία και από τα Νοσοκομεία Αιγινήτειο, Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Αττικής, Γενικό Κρατικό Αθηνών και Ευαγγελισμός. Καμία σημαντική συσχέτιση δεν παρουσιάστηκε που να αφορά το ποσοστό ανεργίας, αλλά και του μέσου εισοδήματος, και των νοσηλείων σε ψυχιατρική κλινική. Όμως σημαντική συσχέτιση παρουσιάστηκε μεταξύ του ποσοστού ανεργίας και των επισκέψεων τόσο στα εξωτερικά ιατρεία όσο και στα επείγοντα του Νοσοκομείου Αιγινήτειο. Θετική συσχέτιση βρέθηκε με την ανεργία και τον αριθμό των ανθρωποκτονιών, καθώς επίσης και με το ποσοστό των διαζυγίων που καταγράφηκαν κατά την ίδια περίοδο. Το μέσο εισόδημα ως ανεξάρτητη μεταβλητή, παρουσίασε θετικό συσχετισμό με τις επισκέψεις τόσο στα εξωτερικά ιατρεία όσο και στα επείγοντα. Και στα τέσσερα νοσοκομεία όμως μαζί, έγινε αντιληπτή αρνητική συσχέτιση μεταξύ του μέσου εισοδήματος και των επισκέψεων στα τακτικά εξωτερικά ιατρεία και στα επείγοντα. Καταγράφηκε επίσης, σημαντική αρνητική συσχέτιση μεταξύ του μέσου εισοδήματος και του ποσοστού των αυτοκτονιών, ενώ θετική συσχέτιση φάνηκε να προκύπτει μεταξύ του μέσου εισοδήματος και των διαζυγίων. Αν στο μέλλον δημιουργηθούν προγράμματα αντιμετώπισης, μείωσης ή πρόληψης των επιπτώσεων της οικονομικής κρίσης στην ψυχική υγεία των πολιτών θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν τα αποτελέσματα αυτών των ερευνών.<sup>35</sup>

Η υγεία και η εργασία είναι σύνθετες διαδικασίες. Εκτός αυτού, είναι πολλαπλές ανάλογα με τις μορφές που λαμβάνουν. Αυτές οι δύο διαδικασίες συνδέονται η μια στην άλλη και επηρεάζονται η μια από την άλλη. Σύμφωνα με αυτό, είναι δυνατό να καθοριστεί ότι ο κόσμος εργασίας είναι εξαιρετικά σύνθετος και ετερογενής. Σε αυτόν τον κόσμο, οι «παλαιοί» ή παραδοσιακοί κίνδυνοι συνυπάρχουν με τους «σύγχρονους κινδύνους», προερχόμενος από τα νέα μοντέλα της οργάνωσης εργασίας και την ενσωμάτωση των νέων τεχνολογιών. Η ανεργία, η αστάθεια σχέσεων εργασίας και η εργασία που κινδυνεύει από ξένους παράγοντες είναι αποτελέσματα των νεοφιλελεύθερων στρατηγικών. Μερικά αρνητικά αποτελέσματα της διαδικασίας υγείας-ασθενείας που προέρχονται από τον μετασχηματισμό στον κόσμο εργασίας και την τρέχουσα σφαιρική οικονομική κρίση έχουν παρατηρηθεί στην τρέχουσα εργασία. Τέλος, η ανάγκη για αλλαγή στις πολιτικές που εστιάζουν σε αυτήν την κατάσταση που προέρχεται από τον κόσμο εργασίας προτείνεται.<sup>36</sup>

### Μέτρα λιτότητας στην Ελλάδα

Σύμφωνα με έρευνα των Ifanti AA, Argyriou AA, Kalofonou FH, Kalofonos HP είναι εμφανές ότι η Ελλάδα επηρεάζεται περισσότερο από οποιαδήποτε άλλη ευρωπαϊκή χώρα από την οικονομική κρίση. Η ανεργία, η αβεβαιότητα εργασίας, η εισοδηματική μείωση, η ένδεια και η αύξηση των διανοητικών διαταραχών είναι μεταξύ των σοβαρότερων συνεπειών της κρίσης στην κοινωνικοοικονομική ζωή. Το σύστημα υγείας επηρεάζεται ιδιαίτερα από τα αυστηρά μέτρα λιτότητας. Έχει επηρεαστεί σημαντικά η δομή και η λειτουργία των δημοσίων νοσοκομείων που αντιμετωπίζουν έλλειψη προσωπικού,

έλλειψη φαρμάκων και βασικών ιατρικών εφοδίων. Επιπλέον, οι πολιτικές προώθησης υγείας περιορίζονται, εμποδίζοντας έτσι τις σχετικές πρωτοβουλίες προς τις πρακτικές εκπαίδευσης πρόληψης ασθενειών και προώθησης υγείας. Συνολικά, η τρέχουσα οικονομική κατάσταση στην Ελλάδα και ο αντίκτυπος της στην πραγματική ζωή και την υγειονομική περίθαλψη είναι αρκετά έχοντας σχέση. Οι φορείς χάραξης πολιτικής δεν πρέπει να μην λάβουν υπόψη τις επιπτώσεις που η αυστηρότητα και οι οικονομικές πολιτικές έχουν στον τομέα της υγείας. Η μεγαλύτερη προσοχή απαιτείται προκρινόμενου να εξασφαλιστεί ότι τα άτομα θα συνέχιζαν την δημόσια υγειονομική περίθαλψη και πρόσβαση στις προληπτικές και κοινωνικές υπηρεσίες υποστήριξης. Για να αντιμετωπίσουν την οικονομική δυσκολία, οι φορείς χάραξης πολιτικής αναμένονται για να εφαρμόσουν τις ανθρωπίνος-κεντροθετημένες προσεγγίσεις, που προστατεύουν την ανθρώπινη αξιοπρέπεια και τις ηθικές αξίες.<sup>37</sup>

Με βάση την συστηματική αναθεώρηση των Simou E, Koutsogeorgou E οι πρόσφατες προσπάθειες να μεταρρυθμιστεί το Ελληνικό Εθνικό Σύστημα Υγείας έχουν εστιάσει κυρίως στα βραχυπρόθεσμα αποτελέσματα με την μείωση των δαπανών, ενώ τα μέτρα που επιβάλλονται φαίνονται να έχουν αμφίβολες μακροπρόθεσμες συνέπειες για την ελληνική δημόσια υγεία και την υγειονομική περίθαλψη.<sup>38</sup>

Πλαισιωμένοι μέσα στην πρόσφατη οικονομική κρίση, στην μελέτη τους οι Buffel V, van de Straat V, Bracke P. ερευνήσαν την ιατρική χρήση υγειονομικής περίθαλψης στην ψυχική υγεία των ανέργων συγκρινόμενο με αυτούς που δουλεύουν στην Ευρώπη, και αν η σχέση μεταξύ της θέσης απασχόλησης και της χρήσης υγειονομικής περίθαλψης της ψυχικής υγείας ποικίλλει ανάλογα με τις μακροοικονομικές συνθήκες. Εξετάσανε εάν το μακροοικονομικό πλαίσιο και οι αλλαγές συσχετίζονται με τη χρήση υγειονομικής περίθαλψης στην ψυχική υγεία, το αντίκτυπό τους στην ψυχική υγεία, ή αμεσότερα ανεξάρτητα από την ψυχική υγεία. Σύμφωνα με τα αποτελέσματά τους το μέσο ποσοστό ανεργίας σχετίζεται αρνητικά με την ψυχική υγεία, αν και για τις γυναίκες, η επίδραση αυτή ισχύει μόνο για τους εργαζομένους. Μεταξύ των γυναικών, καμία σχέση δεν έχει βρεθεί μεταξύ των αλλαγών στο μακροοικονομικό πλαίσιο και την ψυχική υγεία. Το ποσοστό ανεργίας, και οι αλλαγές τόσο στο ποσοστό ανεργίας και του ρυθμού αύξησης του πραγματικού ΑΕΠ, συνδέονται με τη χρήση φροντίδας των ανδρών, ανεξάρτητα από την ψυχική τους υγεία, ενώ αυτό δεν ισχύει για τις γυναίκες. Σε χώρες με αύξηση του ποσοστού ανεργίας, τόσο ανέργων και εργαζομένων οι άνδρες τείνουν να αντιμετωπίζουν ιατρικώς τα προβλήματά τους περισσότερο από την επαφή ενός γενικού ιατρού, ανεξάρτητα από την ψυχική τους υγεία, ενώ η πιθανότητα επαφής ενός ψυχιάτρου είναι χαμηλότερο μεταξύ των μισθωτών ανδρών. Τα ευρήματά αυτά υπογραμμίζουν τη σημασία της λήψης των μακροοικονομικό πλαίσιο και τις αλλαγές σε αυτά υπόψη κατά τη μελέτη

της χρήσης ψυχικής υγείας των ανέργων σε σύγκριση με τους απασχολούμενους , ιδίως μεταξύ των ανδρών . Επιπλέον , είναι σημαντικό να γίνει η διάκριση μεταξύ πρωτοβάθμιας και εξειδικευμένης χρήσης ιατρικής περίθαλψης , καθώς η επίδραση των μακροοικονομικών συνθηκών εξαρτάται από το είδος της φροντίδας , η οποία ισχύει επίσης και κατά τον έλεγχο για την ψυχική υγεία .<sup>39</sup>

### **3.6.Οικονομική κρίση, περιοριστικές πολιτικές υγείας και υγειονομική περίθαλψη του πληθυσμού**

Σύμφωνα με μελέτη των Kondilis E, Giannakopoulos S, Gavana M, Ierodiakonou I, Waitzkin H, Benos A. η παγκόσμια οικονομική κρίση έχει επηρεάσει την ελληνική οικονομία με μη αναμενόμενη δριμύτητα , καθιστώντας την Ελλάδα μια σημαντική δοκιμασία της σχέσης μεταξύ των κοινωνικοοικονομικών καθοριστικών παραγόντων και της ευημερίας ενός πληθυσμού . Τα ποσοστά αυτοκτονίας και θνησιμότητας μεταξύ των ανδρών αυξήθηκαν κατά 22,7 % και 27,6 % μεταξύ των ετών 2007 και 2009 , καθώς και οι ψυχικές διαταραχές ,η κατάχρηση ουσιών , και μολυσματική νοσηρότητα της νόσου παρουσίασαν επιδείνωση των τάσεων τους κατά το 2010 και το 2011. Αξιοποίηση της δημόσιας νοσηλείας και των υπηρεσιών πρωτοβάθμιας φροντίδας αυξήθηκε κατά 6,2 % και 21,9 % , μεταξύ των ετών 2010 και 2011, αντίστοιχα. Σε μια περίοδο οικονομικής κρίσης , η αύξηση των αναγκών υγειονομικής περίθαλψης και αύξηση της ζήτησης για τις δημόσιες υπηρεσίες συγκρούονται με λιτότητα και τις πολιτικές των ιδιωτικοποιήσεων , εκθέτοντας την υγεία των πολιτών στην Ελλάδα σε περισσότερους κινδύνους .<sup>40</sup>

### **3.7. Οικονομική κρίση και συχνότητα αυτοκτονιών**

Σε μεγάλο βαθμό προσκρούει στην υγεία και την ψυχική υγεία του πληθυσμού, αυξάνοντας τις ανησυχίες σχετικά με μια πιθανή αύξηση των ποσοστών αυτοκτονιών, η οικονομική κρίση στην χώρα μας. Ο σκοπός της μελέτης των Economou M, Madianos M, Peppou LE, Theleritis C, Patelakis A, Stefanis C. ήταν να διερευνήσει τις αλλαγές στο αυτοκτονικό ιδεασμό και αναφορές για απόπειρες αυτοκτονίας μεταξύ 2009 και 2011, σε αντιπροσωπευτικό δείγμα του πληθυσμού και σε διάφορες υποομάδες του πληθυσμού. Τα αποτελέσματα τους έδειξαν ότι μεταξύ 2009 και 2011, υπήρξε μια σημαντική αύξηση στον επιπολασμό του αυτοκτονικού ιδεασμού και στις αναφερόμενες απόπειρες αυτοκτονίας. Οι άνθρωποι που πάσχουν από κατάθλιψη, οι άνδρες, οι παντρεμένοι, οι άνθρωποι που βιώνουν οικονομική πίεση, άτομα με χαμηλό διαπροσωπική εμπιστοσύνη, και τα άτομα με ιστορικό αποπειρών αυτοκτονίας ήταν ιδιαίτερα ευάλωτα.<sup>41</sup>

Η αυτοκτονία είναι ένα εξαιρετικά πολύπλοκο φαινόμενο, δεδομένου ότι επηρεάζεται από διάφορους περιβαλλοντικούς και γενετικούς παράγοντες. Επιπλέον, μερικοί από αυτούς τους παράγοντες είναι αλληλένδετοι, έτσι η ανεξάρτητη επίδραση αυτών παραμένει συχνά φευγαλέα και δύσκολο να διερευνηθεί από μεθοδολογική άποψη. Με βάση τα αποτελέσματά της έρευνας των Duleba T, Gonda X, Rihmer Z, Dome P. φαίνεται ότι η ανεργία είναι ένας ανεξάρτητος παράγοντας κινδύνου τόσο για την αυτοκτονία και την κατάθλιψη. Τα πρώτα έγγραφα σχετικά με την επίδραση της τρέχουσας οικονομικής κρίσης σχετικά με τα ποσοστά αυτοκτονίας έχουν δημοσιευθεί και τα αποτελέσματά τους επιβεβαίωσαν τη συσχέτιση μεταξύ της αύξησης του ποσοστού ανεργίας και την αύξηση του ποσοστού αυτοκτονιών.<sup>42</sup>

Υπάρχει μια διαμάχη σχετικά με τον αντίκτυπο της οικονομικής κρίσης στα ποσοστά αυτοκτονιών στην Ελλάδα. Σε μελέτη των Rachiotis G, Stuckler D, McKee M, Hadjichristodoulou C. που έγινε το 2015 βρέθηκε μια σαφή αύξηση των αυτοκτονιών μεταξύ των ατόμων σε ηλικία εργασίας, που συμπίπτει με τα μέτρα λιτότητας. Τα ευρήματα αυτά επιβεβαιώνουν τις ανησυχίες που αυξημένο κίνδυνο αυτοκτονίας στην Ελλάδα είναι ένα κίνδυνο για την υγεία που συνδέονται με τα μέτρα λιτότητας.<sup>43</sup>

## **ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΡΟΣ**

### **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4<sup>ο</sup> : ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ**

#### **4.1.Σκοπός της έρευνας**

Σε αυτό το μέρος παρουσιάζονται ο σκοπός της έρευνας μας, τα ερευνητικά ερωτήματα που τέθηκαν, το ερευνητικό εργαλείο που χρησιμοποιήσαμε, η ερευνητική στρατηγική, τα ηθικά ζητήματα που προέκυψαν κατά την διεξαγωγή της έρευνας, το δείγμα, ο τρόπος συλλογής των δεδομένων και τέλος η περιγραφή της στατιστικής ανάλυσης.

Η παρούσα έρευνα έχει ως σκοπό να διερευνήσει σε ποιά επίπεδα και σε τι βαθμό έχει επηρεάσει η οικονομική κρίση τους νέους της χώρας μας και συγκεκριμένα της πόλης του Βόλου, σε σχέση με τα επίπεδα του άγχους.

Σε προηγούμενα κεφάλαια της εργασίας, έχει αναφερθεί πως η οικονομική κρίση έχει επιφέρει δυσμενείς συνέπειες σε διάφορους τομείς της καθημερινότητας των νέων και γενικά των πολιτών, όπως στην εύρεση εργασίας, τις σπουδές, την ψυχική υγεία και άλλα. Όλα αυτά λοιπόν διερευνήθηκαν στην συγκεκριμένη μελέτη δίνοντας έμφαση στις συνέπειες της κρίσης στα επίπεδα άγχους των νέων.

#### **4.2.Ερευνητική υπόθεση-Ερευνητικά ερωτήματα**

Θέσαμε για την διεξαγωγή της έρευνας την εξής ερευνητική υπόθεση και το παρακάτω ερευνητικό ερώτημα.

Υπόθεση

Η οικονομική κρίση έχει επηρεάσει του νέους της χώρας μας σε σχέση με τα επίπεδα άγχους τους.

Ερευνητικά ερωτήματα

Συσχετίζεται το άγχος των νέων στην χώρα μας με την οικονομική κρίση;

#### **4.3.Ερευνητική στρατηγική**

Η ποσοτική προσέγγιση επιλέχθηκε σε αυτή την έρευνα ως ερευνητική στρατηγική. Στόχος της είναι να βρεθούν σχέσεις μεταξύ κάποιων παραγόντων που μας ενδιαφέρουν. Στη συστηματική διερεύνηση φαινομένων με συγκεκριμένες στατιστικές μεθόδους και μαθηματικά μοντέλα αναφέρεται η ποσοτική έρευνα, καθώς και αριθμητικά δεδομένα. Συνήθως ένα αντιπροσωπευτικό δείγμα παρατηρήσεων χρησιμοποιείται και επιζητείται γενίκευση σε ένα ευρύ κοινό. Τα δεδομένα συλλέγονται με δομημένα πρωτόκολλα, όπως είναι τα ερωτηματολόγια, οι κλίμακες και τα δοκίμια επιτευγμάτων.<sup>44</sup>

#### **4.4.Επιλογή δείγματος-Πεδίο Μελέτης**

Ως πεδίο μελέτης της έρευνας ορίζεται η πόλη του Βόλου και συγκεκριμένα οι νέοι που κατοικούν το συγκεκριμένο διάστημα στην πόλη του Βόλου. Ο πληθυσμός αναφοράς ήταν συνολικά 100 νέοι ηλικίας 18 έως 35. Δικαίωμα συμμετοχής είχαν οι νέοι οι οποίοι βρίσκονταν μέσα στα όρια ηλικίας και ήταν ή άνεργοι ή μερικής απασχόλησης. Η δειγματοληψία ήταν δειγματοληψία ευκολίας.

#### **4.5.Ερευνητικό εργαλείο**

Για την μελέτη μας χρησιμοποιήσαμε το ερωτηματολόγιο ως ερευνητικό εργαλείο. Το ερωτηματολόγιο μας περιελάμβανε ως κλειστές ερωτήσεις, είτε υπό την μορφή μεμονωμένων ερωτήσεων, είτε υπό την μορφή κλιμάκων.

Τα θέματα που διερευνήθηκαν ήταν:

Αρχικά τα δημογραφικά χαρακτηριστικά (φύλο, ηλικία, μορφωτικό επίπεδο) και πληροφορίες σχετικά με το κοινωνικοοικονομικό επίπεδο των νέων και της οικογένειάς τους (διαμονή, οικογενειακή κατάσταση κ.α.)

Οι επιπτώσεις της οικονομικής κρίσης και πως έχει επηρεάσει αυτούς, την οικογένειά τους και τα σχέδια τους για το μέλλον.

Οι επιπτώσεις στον ίδιο τον νέο και αν τον έχει επηρεάσει σε προσωπικό επίπεδο σε σχέση με τα επίπεδα άγχους. Αυτά μετρήθηκαν με την «κλίμακα μέτρησης των επιπέδων Αντιλαμβανόμενου Άγχους».

#### 4.6.Τρόπος συλλογής των δεδομένων

Ζητήθηκε από τους νέους ηλικίας 18-35 ετών να συμπληρώσουν εθελοντικά ένα ανώνυμο ερωτηματολόγιο, το οποίο συνοδευόταν από ένα ενημερωτικό σημείωμα γραμμένο από εμάς το οποίο εξηγούσε στον ερωτώμενο το σκοπό της έρευνας και τις οδηγίες συμπλήρωσής του, με σκοπό να γίνει η συλλογή των δεδομένων.

Τον Απρίλιο και Μάιο του 2016 μοιράσαμε τα ερωτηματολόγια. 120 ερωτηματολόγια μοιράστηκαν και τελικά συμπληρώθηκαν 100.

#### 4.7.Στατιστική ανάλυση και επεξεργασία αποτελεσμάτων

Αφού ολοκληρώθηκε η διαδικασία με τα ερωτηματολόγια έγινε η καταχώρηση των δεδομένων στη βάση και ανάλυση με το στατιστικό πακέτο SPSS 20.

Περιγραφική στατιστική χρησιμοποιήσαμε στο πρώτο στάδιο. Αφού έγινε η καταχώρηση των δεδομένων στη βάση δεδομένων έγιναν κάποιες επανακωδικοποιήσεις ώστε να δημιουργηθούν ομάδες από τις απαντήσεις των ερωτώμενων για διευκόλυνση στην διεξαγωγή των αποτελεσμάτων.

Πιο συγκεκριμένα,

- Στα δημογραφικά στοιχεία στο πλαίσιο της ηλικίας δημιουργήσαμε 3 ομάδες με μεταβλητές 1→ 18-23, 2→ 23-28, 3→28-35.
- Στην ενότητα μέτρησης των αντιλαμβανόμενων επιπέδων άγχους, από την ερώτηση 1 έως και 30, δημιουργήσαμε 5 ομάδες απαντήσεων με μεταβλητές 1→ σχεδόν ποτέ, 2→ μερικές φορές, 3→συχνά, 4→συνήθως, 0→δεν απάντησε

Αφού τελειώσαμε όλα τα παραπάνω δημιουργήσαμε κάποια διαγράμματα και πίνακες για την κάθε μεταβλητή και αργότερα έγινε συσχέτιση των μεταβλητών που είχαμε διαλέξει ώστε να δωθούν απαντήσεις στα ερευνητικά μας ερωτήματα και στην υπόθεση την οποία είχαμε θέσει στην αρχή.

Επιπλέον χρησιμοποιήσαμε independent sample t-tests για να εντοπίσουμε τυχόν δι-ομαδικές διαφορές καθώς επίσης και pearson's correlation coefficient για να βρεθούν τυχόν σημαντικές συσχετίσεις μεταξύ των μεταβλητών της έρευνάς μας.



#### **4.8. Ηθικά ζητήματα**

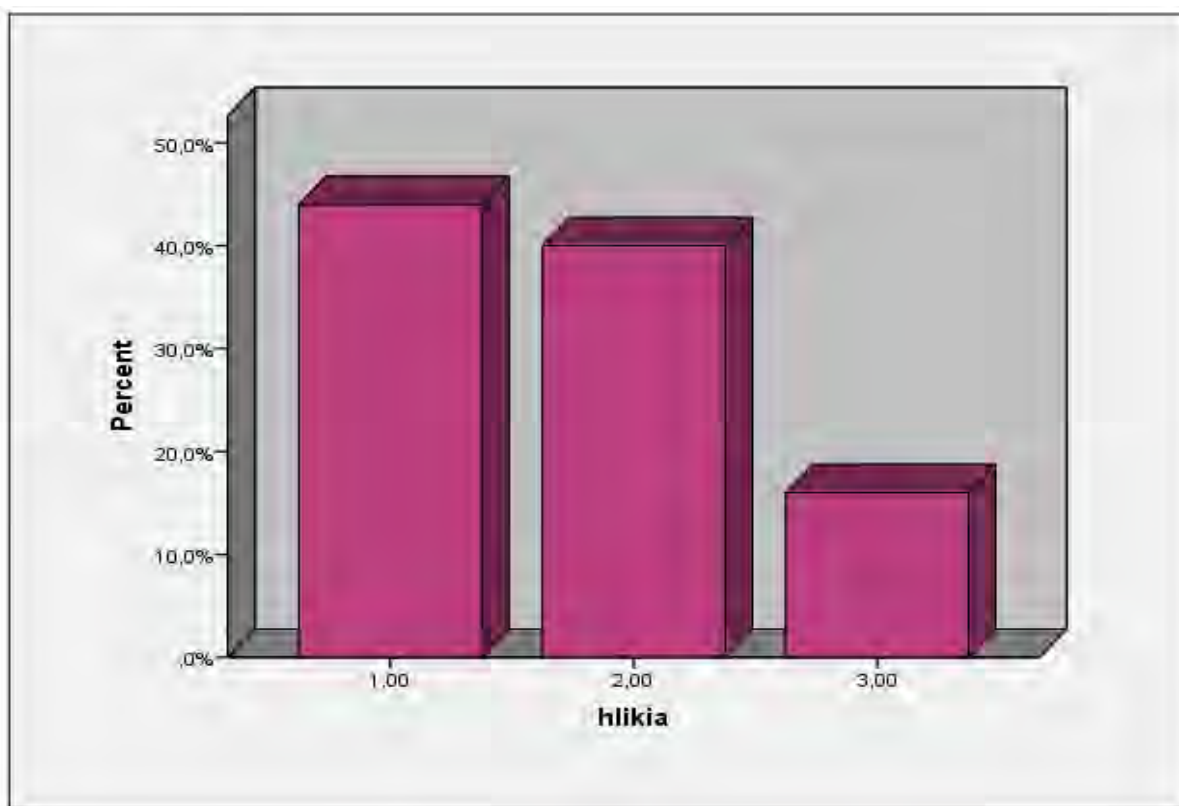
Κανένα ηθικό ζήτημα δεν προέκυψε κατά την έρευνα μας. Οι ερωτήσεις του ερωτηματολογίου μας δεν έθιγαν κανένα προσωπικό δεδομένο και επίσης τηρήθηκε πλήρης ανωνυμία κατά την λήψη των δεδομένων.

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5<sup>ο</sup>: ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ**

### ***5.1. Χαρακτηριστικά δείγματος μελέτης.***

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε σε συνολικά 100 νέους και νέες (38% άντρες και 61% γυναίκες και 1% που δεν απάντησε) μέσης ηλικίας 24.56 ετών με ελάχιστη τιμή τα 18 και μέγιστη τα 35 έτη. Το 99% ανέφερε ότι είναι άγαμοι ενώ το 1% ότι είναι διαζευγμένοι.

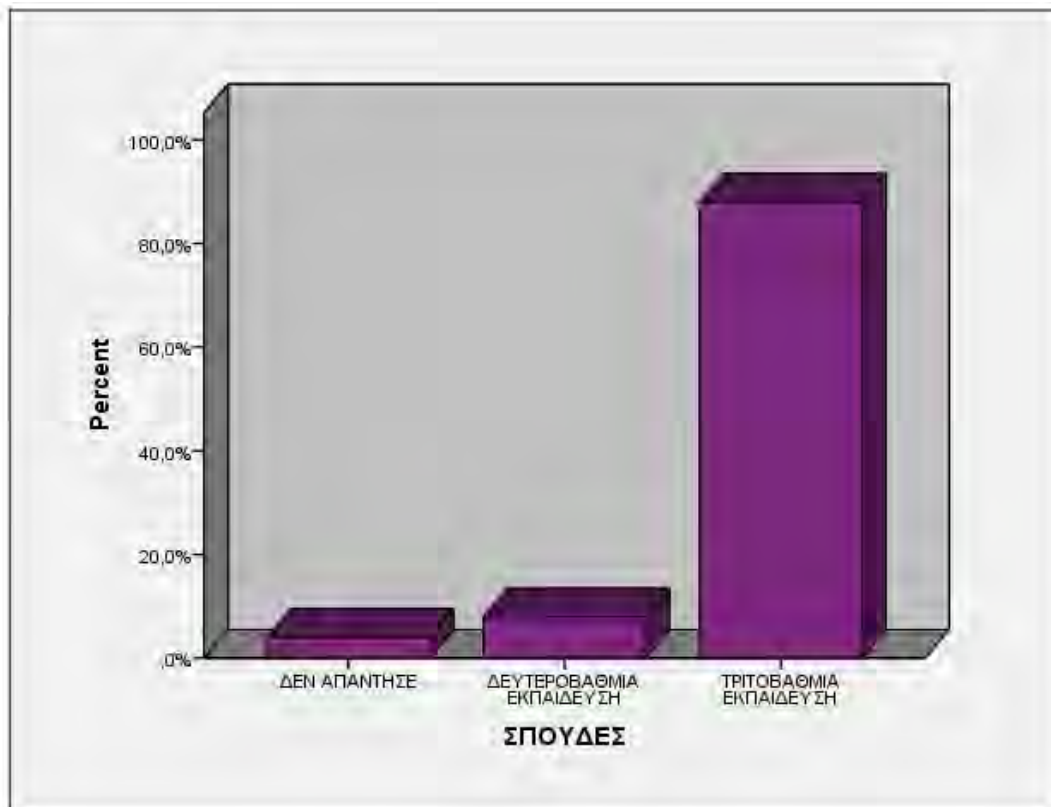
<b><u>Πίνακας 5.1.Δημογραφικά χαρακτηριστικά δείγματος</u></b>		
<b>ΕΡΩΤΗΣΗ</b>	<b>ΑΠΑΝΤΗΣΗ</b>	<b>%</b>
<b>ΗΛΙΚΙΑ</b>	Μέση ηλικία:24.56	
	Τυπική απόκλιση:3.639	
	Εύρος:18-35	
<b>ΦΥΛΟ</b>	Άνδρας	38%
	Γυναίκα	61%
<b>ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ</b>	Δευτεροβάθμια	8%
	Τριτοβάθμια	88%
	Δεν απάντησε	4%
<b>ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ</b>	Master	16%
	Διδακτορικό	0%
	Δεν απάντησε	84%
<b>ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ</b>	Άγαμοι	99%
	Έγγαμοι	0%
	Διαζευγμένοι	1%
	Χήρος/α	0%
<b>ΕΡΓΑΣΙΑ</b>	Άνεργοι	63%
	Μερικής απασχόλησης	37%



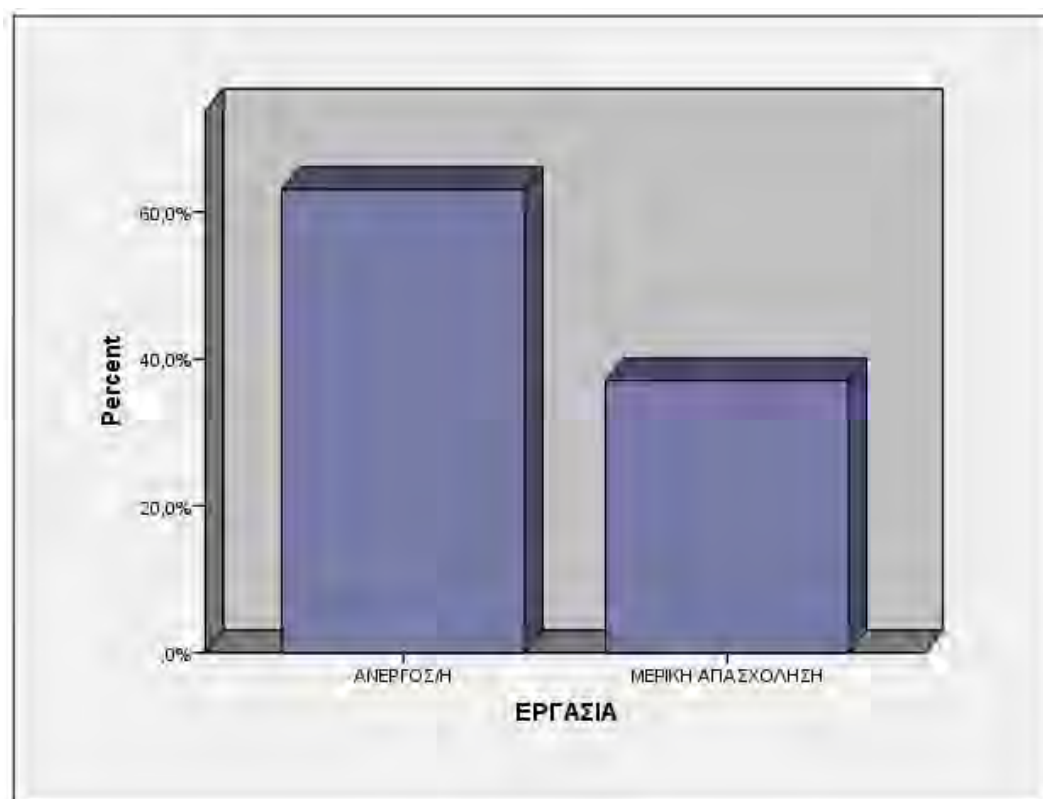
Διάγραμμα 5.1. Ποσοστά ανά ηλικία των νέων του δείγματος

Οι ερωτώμενοι νέοι με ποσοστό 88% δήλωσαν ότι έχουν ολοκληρώσει την τριτοβάθμια εκπαίδευση. Ένα 8% των νέων έχουν δευτεροβάθμια εκπαίδευση και μόνο το 4% δεν απάντησε στην ερώτηση.(Διάγραμμα 5.2.)

Στο τομέα της εργασίας το 63% των νέων ερωτώμενων απάντησαν ότι είναι άνεργοι και το 37% μερικής απασχόλησης. (Διάγραμμα 5.3.)



Διάγραμμα 5.2. Επίπεδο εκπαίδευσης των νέων του δείγματος



Διάγραμμα 5.3. Εργασία

**5.2. Οι επιπτώσεις της οικονομικής κρίσης και πως έχει επηρεάσει αυτούς, την οικογένεια τους και τα σχέδια τους για το μέλλον.**

**Πίνακας 5.2. Οι επιπτώσεις της οικονομικής κρίσης και πως έχει επηρεάσει αυτούς, την οικογένεια τους και τα σχέδια τους για το μέλλον**

ΕΡΩΤΗΣΗ	ΑΠΑΝΤΗΣΗ	%
Έχει επηρεάσει η κρίση την οικογένεια σας και κατά συνέπεια εσάς;	Ναι Όχι	97% 3%
Έχετε οικονομική βοήθεια από τους γονείς σας;	Ναι Όχι Δεν απάντησε	84% 15% 1%
Συγκατοικείτε με τους γονείς σας;	Ναι Όχι	66% 34%
Έχετε στερηθεί την απόκτηση ενός μεταπτυχιακού διπλώματος ή οτιδήποτε αφορά την καριέρα σας λόγω οικονομικής αδυναμίας;	Ναι Όχι Δεν απάντησε	46% 52% 2%
Πιστεύετε ότι υπάρχει δυνατότητα να επιτύχετε τους στόχους σας στο μέλλον;	Ναι Όχι Δεν απάντησε	87% 12% 1%
Έχει επηρεαστεί η προσωπική σας ζωή από την αλλαγή της κατάστασης στην χώρα?	Ναι Όχι	71% 29%
Επηρεάζεται η διάθεση σας από οικονομικούς λόγους;	Ναι Όχι	80% 20%
Έχει επηρεαστεί η κοινωνική σας ζωή σε σχέση με το παρελθόν;	Ναι Όχι	52% 48%

Θεωρείτε δυνατό και εύκολο να δημιουργήσετε την δική σας οικογένεια κάτω από αυτές τις συνθήκες;	Ναι Όχι Δεν απάντησε	22% 77% 1%
Νιώθετε να στερείστε πράγματα που παλιά μπορούσατε να έχετε στην κατοχή σας;	Ναι Όχι Δεν απάντησε	80% 19% 1%
Ο κύκλος σας έχει τις ίδιες ανησυχίες με εσάς;	Ναι Όχι	93% 7%
Αισθάνεστε αισιόδοξοι για το μέλλον σας στην Ελλάδα;	Ναι Όχι	31% 69%

Στον πίνακα 5.2. παρουσιάζονται ερωτήσεις σχετικά με το αν έχει επηρεάσει η κρίση τον ερωτώμενο νέο και την οικογένειά του, καθώς και τις βλέψεις του για το μέλλον.

Σε ποσοστό 97% το δείγμα απάντησε ότι έχει επηρεαστεί η οικογένειά του από την οικονομική κρίση στην χώρα και ένα ποσοστό 84% ότι δέχονται ακόμη οικονομική βοήθεια από τους γονείς τους.

Στην ερώτηση αν έχει επηρεαστεί η προσωπική ζωή των νέων απάντησαν σε ποσοστό 71% ναι και σε ποσοστό 80% ναι ότι επηρεάζεται και η διάθεση τους από τον ίδιο λόγο.

Όσον αφορά τις βλέψεις για το μέλλον το δείγμα απάντησε με ποσοστό 87% ότι πιστεύει ότι υπάρχει δυνατότητα να επιτύχει τους στόχους του και ότι ο κύκλος του έχει τις ίδιες ανησυχίες με αυτόν με ποσοστό 93%.

Για την δημιουργία οικογένειας οι ερωτηθέντες νέοι απάντησαν με ποσοστό 77% ότι είναι δύσκολο και ένα ποσοστό 22% ότι είναι εύκολο.

Τέλος, στην ερώτηση αν είναι αισιόδοξοι για το μέλλον τους στην Ελλάδα το 69% απάντησαν όχι και το 31% ναι.

<b><u>Πίνακας 5.3.ΣΠΟΥΔΕΣ * Έχετε οικονομική βοήθεια από τους γονείς σας;</u></b>					
<b><u>Crosstabulation</u></b>					
Count		Έχετε οικονομική βοήθεια από τους γονείς σας;			Total
		ΔΕΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	
=	ΔΕΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕ	0	1	3	4
	ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ	0	7	1	8
	ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ	1	76	11	88
Total		1	84	15	100
<b><u>Chi-Square Tests</u></b>					
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)		
Pearson Chi-Square	11,864 <sup>a</sup>	4	,018		
Likelihood Ratio	7,902	4	,095		
Linear-by-Linear Association	7,452	1	,006		
N of Valid Cases	100				
a. 6 cells (66, 7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is, 04.					

Σύμφωνα με τον πίνακα 5.3. οι σπουδές που έχει κάνει ένας ερωτώμενος και αν δέχεται βοήθεια από τους γονείς του έχουν στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ τους. (  $\chi^2 = 11,864$ ,  $df = 4$ ,  $.sig = 0,018 < 0.05$ ). Άρα παίζουν ρόλο οι σπουδές στον αν δέχεται οικονομική βοήθεια.

<b><u>Πίνακας 5.4.Ηλικία * Έχετε οικονομική βοήθεια από τους γονείς σας; Crosstabulation</u></b>					
Count		Έχετε οικονομική βοήθεια από τους γονείς σας;			Total
		ΔΕΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	
hlikia	1,00	1	42	1	44
	2,00	0	32	8	40
	3,00	0	10	6	16
Total		1	84	15	100

<b><u>Chi-Square Tests</u></b>			
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	13,735 <sup>a</sup>	4	,008
Likelihood Ratio	15,169	4	,004
Linear-by-Linear Association	13,303	1	,000
N of Valid Cases	100		
a. 4 cells (44, 4%) have expected count less than 5. The minimum expected count is, 16.			

Σύμφωνα με τον πίνακα 5.4. η ηλικία των ερωτώμενων και αν δέχονται οικονομική βοήθεια από τους γονείς έχουν στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ τους ( $\chi^2 = 13,735$ ,  $df = 4$ ,  $p = 0.008 < 0.05$ ). Άρα παίζει ρόλο και η ηλικία βρίσκετε ο ερωτώμενος και αν παίρνει οικονομική βοήθεια από τους γονείς του.

<b><u>Πίνακας 5.5.ΣΠΟΥΔΕΣ * Έχετε στερηθεί την απόκτηση ενός μεταπτυχιακού ή οτιδήποτε αφορά την καριέρα σας λόγω οικονομικής αδυναμίας; Crosstabulation</u></b>					
Count		Έχετε στερηθεί την απόκτηση ενός μεταπτυχιακού ή οτιδήποτε αφορά την καριέρα σας λόγω οικονομικής αδυναμίας;			Total
		ΔΕΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	
ΣΠΟΥΔΕΣ	ΔΕΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕ	1	2	1	4
	ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ	0	3	5	8
	ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ	1	41	46	88
Total		2	46	52	100
<b><u>Chi-Square Tests</u></b>					
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)		
Pearson Chi-Square	11,946 <sup>a</sup>	4			
Likelihood Ratio	4,931	4			
Linear-by-Linear Association	1,433	1			
N of Valid Cases	100				



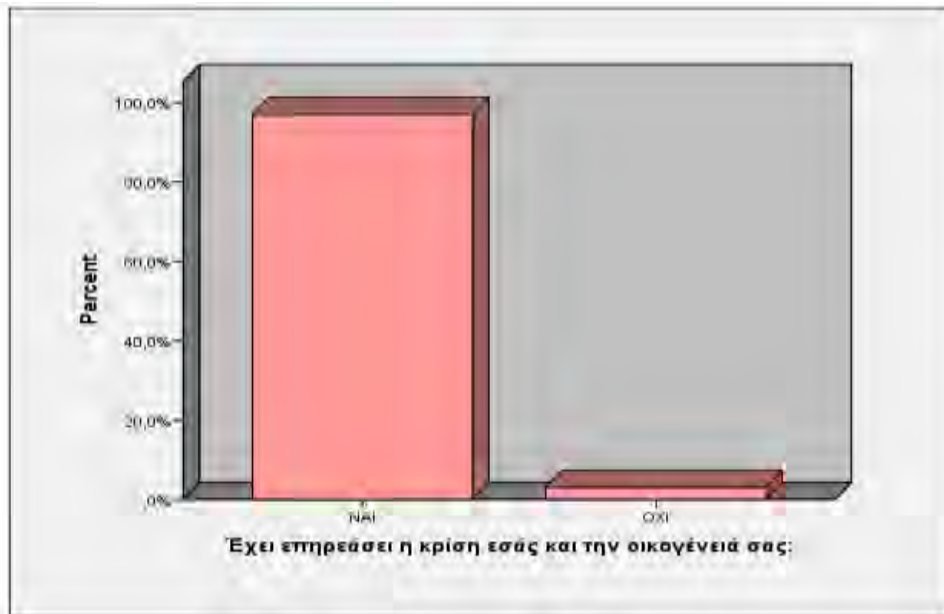
a. 7 cells (77.8%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .08.

Σύμφωνα με τον πίνακα 5.5.οι σπουδές και η στέρηση ενός μεταπτυχιακού λόγω οικονομικής κρίσης έχουν στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ τους ( $X^2 = 11,946$ ,  $df = 4$ ,  $p = 0,018 < 0,05$ )

<b><u>Πίνακας 5.6. Ηλικία * Έχει επηρεαστεί προσωπική σας ζωή από την αλλαγή της κατάστασης στη χώρα; Crosstabulation</u></b>				
Count		Έχει επηρεαστεί προσωπική σας ζωή από την αλλαγή της κατάστασης στη χώρα;		Total
		NAI	OXI	
hlik ia	1,00	31	13	44
	2,00	28	12	40
	3,00	12	4	16
Total		71	29	100
<b><u>Chi-Square Tests</u></b>				
		Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square		,150 <sup>a</sup>	2	,928
Likelihood Ratio		,154	2	,926
Linear-by-Linear Association		,071	1	,789
N of Valid Cases		100		
a. 1 cells (16.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.64.				

Η ηλικία και η επιρροή της οικονομικής κατάστασης στην προσωπική ζωή του ερωτώμενου δεν έχουν στατιστικά σημαντική σχέση ( $X^2 = 0.150$ ,  $df = 2$ ,  $p = 0.928 > 0.05$ )

Σε ποσοστό 71% του συνόλου οι ερωτώμενοι δηλώνουν πως η προσωπική τους ζωή έχει επηρεαστεί από την οικονομική κρίση και μόλις το 29% απάντησε αρνητικά.



Διάγραμμα 5.4. Έχει επηρεάσει η κρίση τον ερωτώμενο και την οικογένειά του;



Διάγραμμα 5.5. Υπάρχει δυνατότητα να επιτύχετε τους στόχους σας;

### 5.3. Οικονομική κρίση και πώς έχει επηρεάσει τους νέους ερωτώμενους προσωπικά, σε σχέση με τα επίπεδα άγχους.

Στο δεύτερο μέρος του ερωτηματολογίου μας χρησιμοποιήσαμε ένα εργαλείο μέτρησης των επιπέδων Αντιλαμβανόμενου Άγχους. Στον πίνακα 5.5. παραθέτουμε σε ποσοστά τις απαντήσεις των νέων ερωτώμενων.

<b><u>Πίνακας 5.7.Αποτελέσματα ερωτήσεων σχετικά με τα Αντιλαμβανόμενα Επίπεδα Άγχους</u></b>				
	Σχεδόν ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνήθως
Αισθάνεστε ξεκούραστοι;	16%	45%	26%	13%
Αισθάνεστε ότι απαιτούνται πολλά από εσάς;	4%	32%	45%	19%
Είστε ευερέθιστοι ή κακόκεφοι;	17%	55%	19%	9%
Έχετε να κάνετε πάρα πολλά πράγματα;	2%	30%	45%	23%
Αισθάνεστε μόνοι ή απομονωμένοι;	51%	31%	13%	5%
Βρίσκεστε σε καταστάσεις σύγκρουσης;	22%	52%	20%	6%
Αισθάνεστε ότι κάνετε πράγματα που πραγματικά σας αρέσουν;	7%	32%	38%	23%
Αισθάνεστε κουρασμένοι;	6%	50%	31%	13%
Φοβάστε ότι πιθανόν να μην μπορέσετε να επιτύχετε τους στόχους σας;	12%	47%	31%	10%
Αισθάνεστε ήρεμοι;	13%	36%	34%	16%
Έχετε να πάρετε πολλές αποφάσεις;	2%	39%	45%	14%

Είστε συγχυσμένοι (αναστατωμένοι);	15%	52%	23%	9%
Είστε γεμάτοι ενέργεια;	10%	30%	38%	22%
Αισθάνεστε ένταση;	6%	42%	38%	14%
Τα προβλήματα σας μοιάζουν να συσσωρεύονται;	9%	42%	31%	17%
Αισθάνεστε να βιάζεστε;	8%	38%	40%	14%
Αισθάνεστε ασφαλείς και προστατευμένοι;	14%	47%	23%	15%
Έχετε πολλές ανησυχίες;	4%	30%	34%	32%
Οι άλλοι σας πιέζουν;	21%	40%	32%	7%
Αισθάνεστε αποθαρρυνμένοι;	28%	34%	22%	15%
Διασκεδάσετε;	3%	24%	41%	31%
Φοβάστε για το μέλλον;	13%	32%	32%	23%
Αισθάνεστε ότι κάνετε πράγματα επειδή πρέπει και όχι επειδή το θέλετε;	15%	41%	31%	11%
Αισθάνεστε ότι σας κριτικάρουν ή ότι σας κρίνουν;	21%	38%	25%	15%
Είστε ξέγνοιαστοι;	26%	40%	25%	9%
Αισθάνεστε πνευματικά εξουθενωμένοι;	20%	43%	27%	9%
Σας είναι δύσκολο να χαλαρώσετε;	26%	35%	28%	11%
Αισθάνεστε ότι σας βαραίνουν οι ευθύνες;	13%	48%	34%	5%
Έχετε αρκετό χρόνο για τον εαυτό σας;	9%	37%	39%	15%

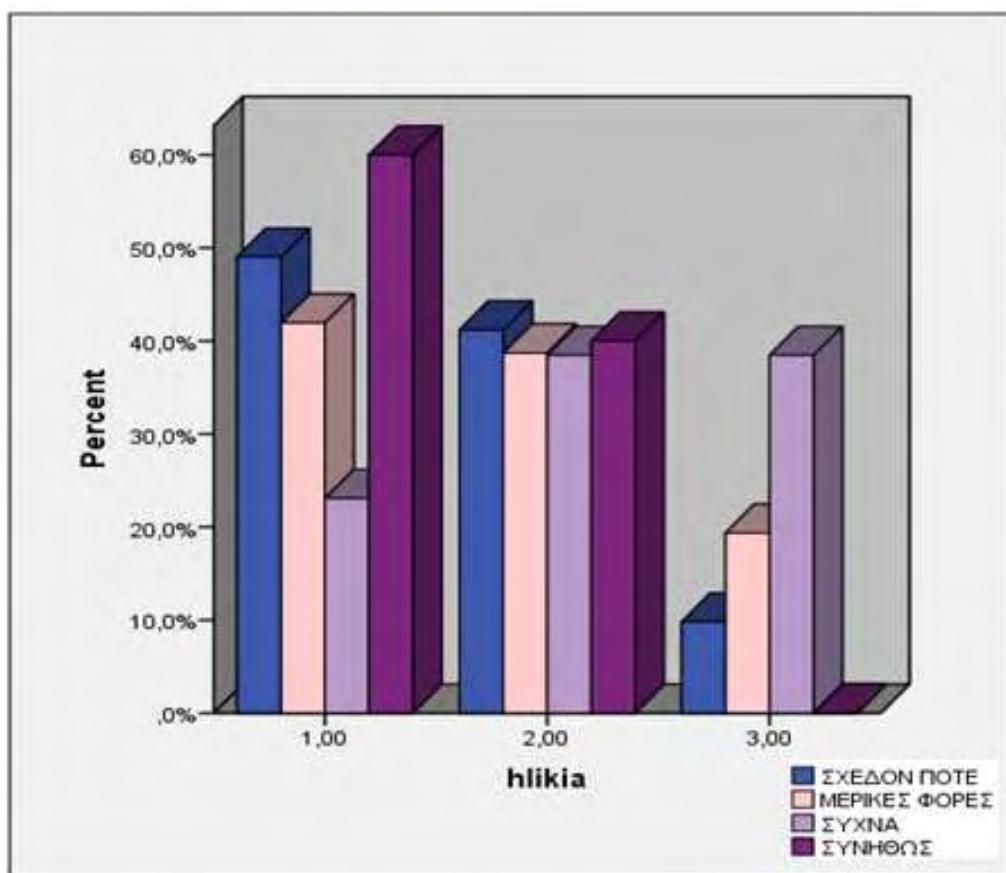
Αισθάνεστε ότι σας πιέζουν οι προθεσμίες;	14%	37%	28%	21%
---	-----	-----	-----	-----

Στην ερώτηση «Αν αισθάνεστε μόνοι ή απομονωμένοι»? το 51% του συνόλου απάντησε σχεδόν ποτέ. Στις ηλικίες από 18 έως 23 , με σύνολο 44%, το 25 απάντησε σχεδόν ποτέ και στις ηλικίες 23 έως 28, με σύνολο 40%, το 21% απάντησε σχεδόν ποτέ και το 12% μερικές φορές. (Πίνακας 5.10.)

<b><u>Πίνακας 5.8.Αισθάνεστε μόνοι ή απομονωμένοι? Σύγκριση με βάση την ηλικία</u></b>						
		Αισθάνεστε μόνοι ή απομονωμένοι				Total
		ΣΧΕΔΟΝ ΠΟΤΕ	ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	ΣΥΧΝΑ	ΣΥΝΗΘΩΣ	
hlik ia	1,00	25	13	3	3	44
	2,00	21	12	5	2	40
	3,00	5	6	5	0	16
Total		51	31	13	5	100

<b><u>Chi-Square Tests</u></b>			
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	8,286 <sup>a</sup>	6	,218
Likelihood Ratio	8,336	6	,215
Linear-by-Linear Association	1,659	1	,198
N of Valid Cases	100		
a. 5 cells (41.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,80.			

Η ηλικία και το αίσθημα της απομόνωσης και της μοναξιάς δεν έχουν στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ τους. ( $X^2=8,286$ ,  $df=6$ ,  $p=0,218>0,05$ )



Διάγραμμα 5.6. Αισθάνεστε μόνοι ή απομονωμένοι? Σύγκριση με την ηλικία.

<b>Πίνακας 5.9 .Ηλικία * Αισθάνεστε ότι κάνετε πράγματα που πραγματικά σας αρέσουν; Crosstabulation</b>						
Count		Αισθάνεστε οτι κάνετε πράγματα που πραγματικά σας αρέσουν				Total
		ΣΧΕΔΟΝ ΠΟΤΕ	ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	ΣΥΧΝΑ	ΣΥΝΗΘΩΣ	
hlikia	1,00	1	8	23	12	44
	2,00	5	14	13	8	40
	3,00	1	10	2	3	16
Total		7	32	38	23	100
<b>Chi-Square Tests</b>						
		Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)		
Pearson Chi-Square		16,582 <sup>a</sup>	6	,011		
Likelihood Ratio		16,958	6	,009		

Linear-by-Linear Association	7,429	1	,006
N of Valid Cases	100		
a. 4 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.12.			

Με βάση τον πίνακα 5.11. η ηλικία και το αν κάνουν πράγματα που τους αρέσουν έχουν στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ τους ( $\chi^2=16,582$ ,  $df=6$ ,  $p=0,011<0,05$ ). Συνεπώς, η ηλικία του ερωτώμενου επηρεάζει το αν κάνει πράγματα που τον ευχαριστούν.

**Πίνακας 5.10.Φοβάστε ότι πιθανόν να μην μπορέσετε να επιτύχετε τους στόχους σας:**  
**Σύγκριση με βάση την ηλικία**

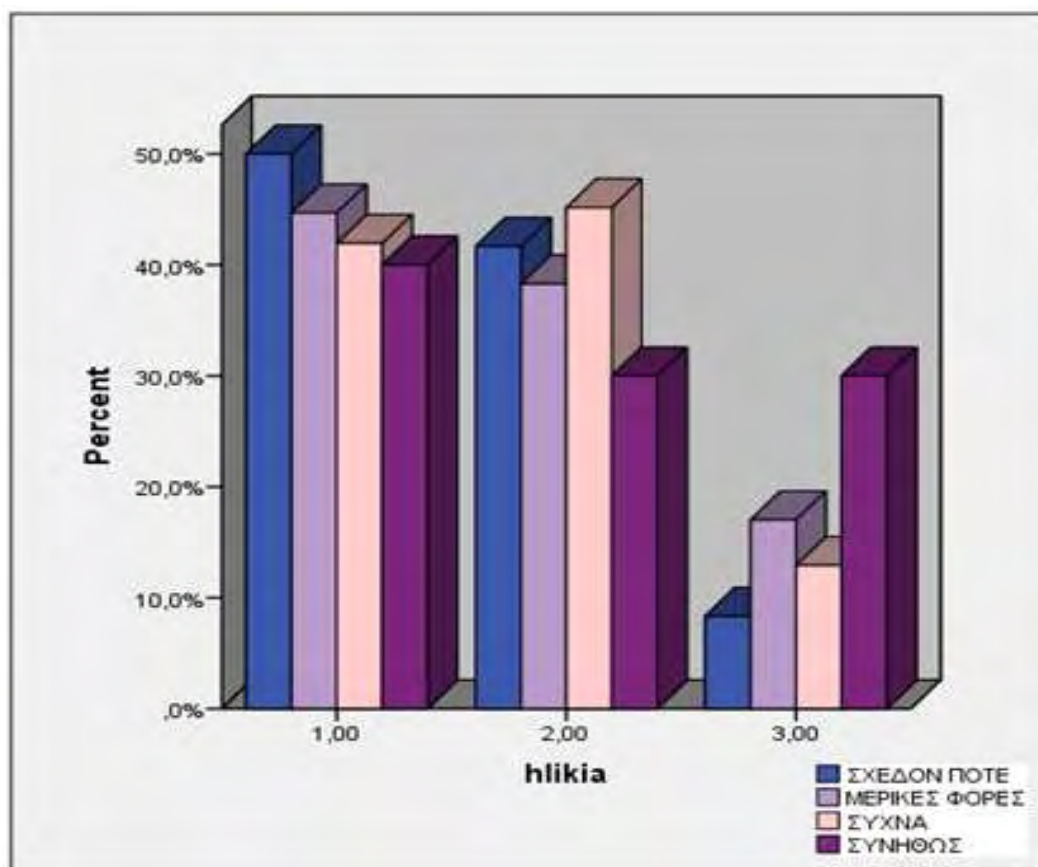
		Φοβάστε ότι πιθανόν να μην μπορέσετε να επιτύχετε τους στόχους σας				Total
		ΣΧΕΔΟΝ ΠΟΤΕ	ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	ΣΥΧΝΑ	ΣΥΝΗΘΩΣ	
hlik ia	1,00	6	21	13	4	44
	2,00	5	18	14	3	40
	3,00	1	8	4	3	16
Total		12	47	31	10	100

#### **Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	2,551 <sup>a</sup>	6	,863
Likelihood Ratio	2,418	6	,878
Linear-by-Linear Association	,678	1	,410
N of Valid Cases	100		

a. 6 cells (50,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,60.

Η ηλικία και ο φόβος για την επίτευξη των στόχων δεν έχουν στατιστικά σημαντική σχέση. ( $\chi^2=2,551$ ,  $df=6$ ,  $p=0,863>0,05$ ).



Διάγραμμα 5.7. Φοβάστε ότι πιθανόν να μην μπορέσετε να επιτύχετε τους στόχους σας; Σύγκριση με ηλικία.

**Πίνακας 5.11. Αισθάνεστε πνευματικά εξουθενωμένοι; Σύγκριση με την ηλικία**

		Αισθάνεστε πνευματικά εξουθενωμένοι					Total
		ΔΕΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕ	ΣΧΕΔΟΝ ΠΟΤΕ	ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	ΣΥΧΝΑ	ΣΥΝΗΘΩΣ	
hlikia	1,00	1	7	23	11	2	44
	2,00	0	11	17	10	2	40
	3,00	0	2	3	6	5	16
Total		1	20	43	27	9	100

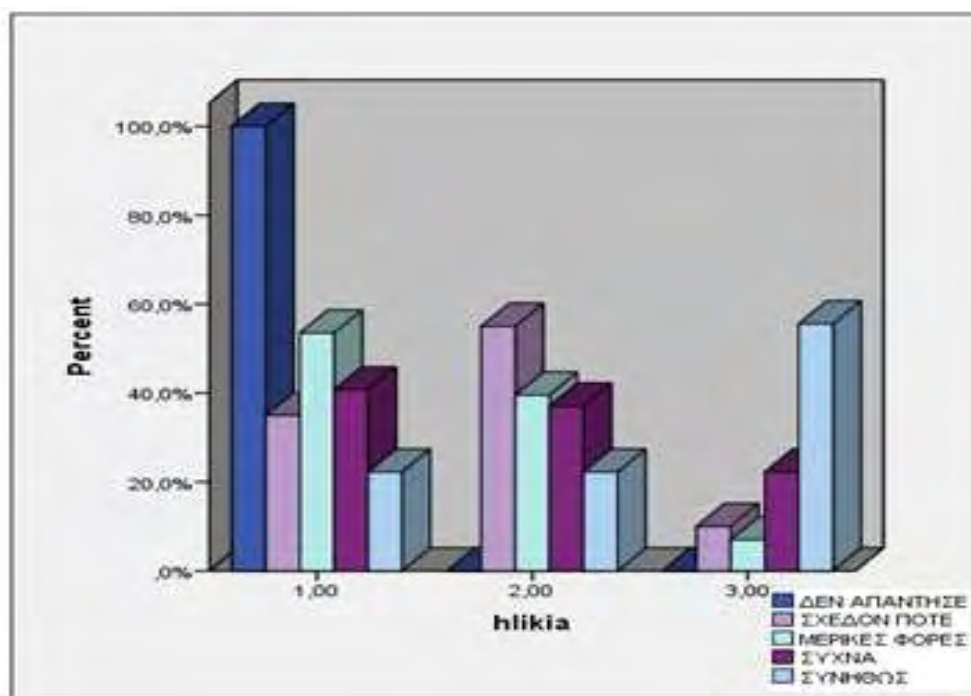
**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	17,546 <sup>a</sup>	8	,025
Likelihood Ratio	15,243	8	,055
Linear-by-Linear	4,843	1	,028



Association			
N of Valid Cases	100		
a. 8 cells (53,3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,16.			

Η ηλικία και η πνευματική εξουθένωση παρουσιάζουν στατιστικά σημαντική σχέση ( $\chi^2=17,5476$ ,  $df=8$ ,  $p=0,025<0,05$ )



Διάγραμμα 5.8. Αισθάνεστε πνευματικά εξουθενωμένοι: Σύγκριση με ηλικία.

<b><u>Πίνακας 5.12 Ηλικία -Αισθάνεστε ασφαλείς και προστατευμένοι;</u></b>							
Count		Αισθάνεστε ασφαλείς και προστατευμένοι					Total
		ΔΕΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕ	ΣΧΕΔΟΝ ΠΟΤΕ	ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	ΣΥΧΝΑ	ΣΥΝΗΘΩΣ	
hlikia	1,00	1	1	18	15	9	44
	2,00	0	12	18	5	5	40
	3,00	0	1	11	3	1	16
Total		1	14	47	23	15	100
<b><u>Chi-Square Tests</u></b>							
		Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)			
Pearson Chi-Square		21,840 <sup>a</sup>	8	,005			

Likelihood Ratio	22,981	8	,003
Linear-by-Linear Association	5,317	1	,021
N of Valid Cases	100		
a. 6 cells (40,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,16.			

Η ηλικία και το αίσθημα της ασφάλειας έχουν στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ τους. ( $\chi^2=21,840$ ,  $df=8$ ,  $p=0,05$ ). Για να εντοπίσουμε σημαντικές διομαδικές διαφορές διενεργήσαμε μερικά independent samples t-tests. Αρχικά για την κατηγορία των συμμετεχόντων που απάντησαν θετικά ότι η κρίση έχει επηρεάσει τους ιδίους και τις οικογένειές τους, όπως παρατηρούμε και από τον πίνακα είχαν ένα υψηλότερο μέσο σκορ στην κλίμακα άγχους  $M=73,86$  ( $SD= 7.39$ ) σε αντίθεση με όσους απάντησαν αρνητικά,  $M= 64.33$  ( $SD= 4.73$ ). Η διαφορά που παρατηρήθηκε μεταξύ των δύο ομάδων βρέθηκε στατιστικώς σημαντική,  $t(91)= 2,21$ ,  $p=.03$ .

Πίνακας 5.13Group Statistics								
		ΕΧΕΙ ΕΠΗΡΕΑΣΕΙ Η ΚΡΙΣΗ ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΣΑΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑ ΣΥΝΕΠΕΙΑ ΕΣΑΣ?	N	Mean	Std. Deviation		Std. Error Mean	
σκορ		ναι	90	73,8556	7,38745		,77871	
		οχι	3	64,3333	4,72582		2,72845	
		<b><u>t-test for Equality of Means</u></b>						
		t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
							Lower	Upper
σκορ	Equal variances assumed	2,211	91	,030	9,52222	4,30741	,96608	18,07836
	Equal variances not assumed	3,356	2,339	,063	9,52222	2,83740	-1,13880	20,18324

Στην περίπτωση των συμμετεχόντων που λόγω οικονομικής αδυναμίας στερήθηκαν την απόκτηση κάποιου μεταπτυχιακού ή διδακτορικού διπλώματος, παρατηρούμε ότι έχουν υψηλότερα σκορ στην κλίμακα άγχους  $M= 76.33$  ( $SD= 6.49$ ) συγκριτικά με τους συμμετέχοντες που δεν στερήθηκαν κάτι παρεμφερές,  $M= 71.69$  ( $SD= 7.19$ ). Η διαφορά αυτή ήταν στατιστικώς σημαντική,  $t(89)= 3.22$ ,  $p=.002$ .

**Πίνακας 5.14 Group Statistics**

	ΕΧΕΤΕ ΣΤΕΡΗΘΕΙ ΤΗΝ ΑΠΟΚΤΗΣΗ ΕΝΟΣ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟΥ ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΣ Η ΟΤΙΔΗΠΟΤΕ ΑΦΟΡΑ ΤΗΝ ΚΑΡΙΕΡΑ ΣΑΣ ΛΟΓΩ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΑΔΥΝΑΜΙΑΣ?	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
σκορ	ναι	43	76,3256	6,49806	,99095
	οχι	48	71,6875	7,18792	1,03749

**Independent Samples Test**

Levene's Test for Equality of Variances			t-test for Equality of Means							
F			Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
σ <sub>κ</sub> ορ	Equal variances assumed	,594	,443	3,215	89	,002	4,63808	1,44273	1,77140	7,50476
	Equal variances not assumed			3,233	88,991	,002	4,63808	1,43470	1,78737	7,48880

Οι συμμετέχοντες που αισθάνονται ότι είναι δύσκολο να δημιουργήσουν δική τους οικογένεια είχαν στατιστικώς σημαντικά υψηλότερα σκορ στην κλίμακα άγχους  $M = 74.57$  ( $SD = 7.23$ ) συγκριτικά με τους συμμετέχοντες που θεωρούν εύκολη την δημιουργία οικογένειας  $M = 70.05$  ( $SD = 7.47$ ),  $t(91) = -2.50$ ,  $p = .014$

<u>Πίνακας 5.15 Group Statistics</u>										
	ΘΕΩΡΕΙΤΕ ΔΥΝΑΤΟ ΚΑΙ ΕΥΚΟΛΟ ΝΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΕΤ Ε ΤΗ ΔΙΚΗ ΣΑΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΚΑΤΩ	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean					
σκορ	ναι	21	70,0476	7,47313	1,63077					
	οχι	72	74,5694	7,23416	,85255					
<u>Independent Samples Test</u>										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- taile d)	Mean Diffe rence	Std. Erro r Diff eren ce	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Uppe r
σ κ ο ρ	Equal variances assumed	,004	,947	- 2,50 2	91	,014	- 4,521 83	1,80 732	- 8,111 85	- ,9318 0
ρ	Equal variances not assumed			- 2,45 7	31 ,7 58	,020	- 4,521 83	1,84 018	- 8,271 27	- ,7723 8

Οι συμμετέχοντες που αισθάνονται ότι στερούνται πράγματα που είχαν διαθέσιμα παλαιότερα είχαν στατιστικώς σημαντικά υψηλότερα σκορ στην κλίμακα άγχους  $M = 75.07$  ( $SD = 6.94$ ) σε σχέση με όσους δεν έχουν την ίδια αίσθηση  $M = 67.53$  ( $SD = 6.79$ ),  $t(90) = 4.24$ ,  $p = .000$

<u>Πίνακας 5.16 Group Statistics</u>										
	ΝΙΩΘΕΤΕ ΝΑ ΣΤΕΡΕΙΣΤΕ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΑΛΙΑ ΜΠΟΡΟΥΣΑΤΕ ΝΑ ΕΧΕΤΕ ΣΤΗΝ		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean				
σ κ ο ρ	ναι		73	75,0685	6,93688	,81190				
	οχι		19	67,5263	6,79353	1,55854				
<u>Independent Samples Test</u>										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
σ κ ο ρ	Equal variances assumed	,014	,906	4,239	90	,000	7,54218	1,77925	4,00740	11,07696
	Equal variances not assumed			4,292	28,569	,000	7,54218	1,75734	3,94566	11,13869

Οι συμμετέχοντες που βιώνουν απαισιοδοξία για το μέλλον τους βρέθηκαν να έχουν στατιστικώς σημαντικά υψηλότερα σκορ στην κλίμακα άγχους  $M = 74.91$  ( $SD = 7.58$ ) σε σχέση με όσους βιώνουν αισιοδοξία  $M = 70.55$  ( $SD = 6.45$ ),  $t(91) = -2.68$ ,  $p = .009$

<b><u>Πίνακας 5.17 Group Statistics</u></b>											
		ΑΙΣΘΑΝΕΣΤ Ε ΑΙΣΙΟΔΟΞΟΙ ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΣΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ?	N	Mea n	Std. Deviation	Std. Error Mean					
σκορ	ναι		29	70,5 517	6,45084	1,19789					
	οχι		64	74,9 063	7,58176	,94772					
<b><u>Independent Samples Test</u></b>											
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed )	Mean Differ ence	Std. Error Differ ence	95% Confidence Interval of the Difference		
									Low er	Upper	
σ κ ο ρ	Equal variances assumed		1,11 6	,294	- 2,6 82	91	,009	- 4,354 53	1,623 48	- 7,579 36	- 1,1296 9
	Equal variances not assumed				- 2,8 51	63, 04 4	,006	- 4,354 53	1,527 45	- 7,406 86	- 1,3021 9

Η ανάλυση pearson's correlation coefficient ανέδειξε κάποιες σημαντικές συσχετίσεις μεταξύ του σκορ στην κλίμακα άγχους και ορισμένες διερευνητικές ερωτήσεις. Πιο συγκεκριμένα, τα επίπεδα άγχους φάνηκαν να μειώνονται όσο λιγότερο κάποιος θεωρεί ότι η κρίση έχει επηρεάσει τον ίδιο και την οικογένειά του,  $r(91) = -.23$ . Η συσχέτιση αυτή αν και στατιστικώς σημαντική αντιπροσωπεύει ένα μικρό μέγεθος αποτελέσματος (effect size).

<b>Πίνακας 5.18</b>			
		σκορ	ΕΧΕΙ ΕΠΗΡΕΑΣΕΙ Η ΚΡΙΣΗ ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΣΑΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑ ΣΥΝΕΠΕΙΑ ΕΣΑΣ?
σκορ	Pearson Correlation	1	-,226*
	Sig. (2-tailed)		,030
	N	93	93
ΕΧΕΙ ΕΠΗΡΕΑΣΕΙ Η ΚΡΙΣΗ ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΣΑΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑ ΣΥΝΕΠΕΙΑ ΕΣΑΣ?	Pearson Correlation	-,226*	1
	Sig. (2-tailed)	,030	
	N	93	93
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).			

Τα επίπεδα άγχους, επιπλέον, φάνηκε να μειώνονται όταν οι συμμετέχοντες αισθάνονταν λιγότερο ότι στερούνται πράγματα που μπορούσαν να έχουν στο παρελθόν,  $r(91) = -.40$ ,  $p = .000$ .

Τα επίπεδα άγχους φάνηκαν να έχουν μια στατιστικώς σημαντική, θετική συσχέτιση με δύο μεταβλητές: (1) το πόσο δύσκολη θεωρεί κάποιος την δημιουργία οικογένειας και (2) το πόσο απαισιόδοξος αισθάνεται για το μέλλον του στην Ελλάδα. Πιο αναλυτικά, και στις δύο περιπτώσεις οι συσχετίσεις είναι μικρού μεγέθους αποτελέσματος, η μεν πρώτη  $r(91) = .25$ ,  $p = .014$  και η δεύτερη  $r(91) = .27$ ,  $p = .009$ .

**Πίνακας 5.19**

		σκορ	ΘΕΩΡΕΙΤΕ ΔΥΝΑΤΟ ΚΑΙ ΕΥΚΟΛΟ ΝΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗ ΣΕΤΕ ΤΗ ΔΙΚΗ ΣΑΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΚΑΤΩ	ΝΙΩΘΕΤΕ ΝΑ ΣΤΕΡΕΙΣΤΕ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΑΛΙΑ ΜΠΟΡΟΥΣΑΤΕ ΝΑ ΕΧΕΤΕ ΣΤΗΝ	ΑΙΣΘΑΝΕΣΤΕ ΑΙΣΙΟΔΟΞΟΙ ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΣΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ?
σκορ	Pearson Correlation	1	,254*	-,404**	,271**
	Sig. (2-tailed)		,014	,000	,009
	N	93	93	93	93
ΘΕΩΡΕΙΤΕ ΔΥΝΑΤΟ ΚΑΙ ΕΥΚΟΛΟ ΝΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΕΤΕ ΤΗ ΔΙΚΗ ΣΑΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΚΑΤΩ	Pearson Correlation	,254*	1	-,240*	,247*
	Sig. (2-tailed)	,014		,020	,017
	N	93	93	93	93
ΝΙΩΘΕΤΕ ΝΑ ΣΤΕΡΕΙΣΤΕ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΑΛΙΑ ΜΠΟΡΟΥΣΑΤΕ ΝΑ ΕΧΕΤΕ ΣΤΗΝ	Pearson Correlation	,404*	-,240*	1	-,187
	Sig. (2-tailed)	,000	,020		,073
	N	93	93	93	93
ΑΙΣΘΑΝΕΣΤΕ ΑΙΣΙΟΔΟΞΟΙ ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΣΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ?	Pearson Correlation	,271*	,247*	-,187	1
	Sig. (2-tailed)	,009	,017	,073	
	N	93	93	93	93
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).					
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).					



#### 5.4. ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η οικονομική κρίση έχει επηρεάσει την καθημερινή ζωή των νέων ανθρώπων στη χώρα μας αλλά και των οικογενειών τους, σε διάφορους τομείς και αυτό μπορούμε να το παρατηρήσουμε και από την συγκεκριμένη έρευνα μας. Για αρχή, πρέπει να σημειωθεί ότι διατυπώσαμε σωστά τα ερευνητικά μας ερωτήματα και συνάδουν με την θεωρία. Από τη συγκεκριμένη εργασία μπορούμε να διαπιστώσουμε πως η οικονομική κρίση έχει κάνει αισθητή την παρουσία της, σε μεγάλο ποσοστό των νέων. Οι επιπτώσεις της λοιπόν, σύμφωνα με τα ευρήματα αυτής επηρεάζουν τους νέους σχετικά με το άγχος που βιώνουν αλλά σε συγκεκριμένους τομείς της ζωής τους.

Στον τομέα που αφορά την κοινωνική και προσωπική ζωή των νέων γίνεται αντιληπτό ότι υπάρχουν μεγάλες αλλαγές λόγω της οικονομικής κρίσης. Ένα μεγάλο ποσοστό των νέων δέχεται οικονομική βοήθεια από την οικογένεια τους η οποία αντιμετωπίζει και η ίδια τις επιπτώσεις της οικονομικής κρίσης. Η ηλικία και το μορφωτικό τους επίπεδο συσχετίζονται με την οικονομική βοήθεια που δέχονται από την οικογένεια τους. Ο κύκλος τους εμφανίζει τις ίδιες ανησυχίες με αυτούς και αυτό μπορεί να έχει ως εξήγηση το γεγονός ότι η οικονομική κρίση είναι πλέον ένα κοινωνικό φαινόμενο που έχει εμφανιστεί σε πολλές οικογένειες της χώρας μας και όλοι είτε μεγάλοι είτε μικροί αρχίζουν και αντιλαμβάνονται το μέγεθός της. Όσον αφορά το μέλλον τους γίνεται αντιληπτό πως η δημιουργία της δικής τους οικογένειας φαντάζει δύσκολη. Παρ' όλα αυτά αισθάνονται ότι υπάρχει δυνατότητα να επιτύχουν τους στόχους τους στο μέλλον αλλά ταυτόχρονα δεν είναι αισιόδοξοι για το μέλλον τους στην Ελλάδα. Στην Ελλάδα της κρίσης, λοιπόν, νέοι άνθρωποι με όνειρα και εφοδιασμένοι με υψηλού επιπέδου γνώσεις, τις οποίες θα ζήλευαν αρκετά πανεπιστήμια του εξωτερικού, βλέπουν ως μόνη διέξοδο τη μετανάστευση σε κάποια άλλη χώρα. Αυτό το επιστημονικό δυναμικό, που είναι άκρως απαραίτητο για την ανάπτυξη της οικονομίας της χώρας, φεύγει στο εξωτερικό και βρίσκει στις χώρες προορισμού τα κίνητρα που αναζητά για την έρευνα, την επιχειρηματικότητα και την αξιοποίηση των γνώσεών του στην πράξη.<sup>45</sup>

Μια πρώτη γραμμή για να αντιμετωπίσουμε τις επιπτώσεις της κρίσης στην ψυχική μας υγεία είναι η καταπολέμηση των αρνητικών χαρακτηριστικών που κάνουν έντονα τα άσχημα συναισθήματα. Πρέπει να χρησιμοποιήσουμε τη λογική μας για να αξιολογήσουμε το ζήτημα στη πραγματική του διάσταση, αρνούμενοι στα αρνητικά συναισθήματα πανικού να μας κυριαρχήσουν και να μας εξουθενώσουν. Πάνω από την συναισθηματική αντίδραση του άγχους πρέπει να επιβάλλουμε την λογική σκέψη, εξετάζοντας με τη λογική πάντα τους αλλαγές που θεωρεί το άτομο πως αντιμετωπίζει λόγω της κρίσης, αν όντως αυτοί είναι τόσο σημαντικοί και αληθινοί γι αυτόν, πώς θα τον επηρεάσουν και αν οι κίνδυνοι αυτοί είναι πραγματικά τόσο σοβαροί. Είναι ένας επανέλεγχος που θα τον βοηθήσει να πάρει τις αποφάσεις που θέλει με καθαρό μυαλό και θα μπορέσει να δει το μέλλον πιο ήρεμα.<sup>46</sup>

Κατά την μέτρηση των επιπέδων αντιλαμβανόμενου άγχους των νέων παρατηρούμε πώς η κρίση τους έχει επηρεάσει σε ένα μέσο βαθμό. Οι νέοι έρχονται αντιμέτωποι με πολλές αποφάσεις και απαιτήσεις από το περιβάλλον τους, είναι σε εγρήγορση και γενικά έχουν ανησυχίες και προβληματισμούς. Σχετικά με την ικανοποίηση τους από τη ζωή οι νέοι φαίνονται να μην αισθάνονται μόνοι και απομονωμένοι καθώς ο κύκλος τους έχει τις ίδιες ανησυχίες με τους ίδιους. Οι συσχετίσεις δεν ήταν τόσες πολλές όσες ήταν αναμενόμενο αλλά παρόλα αυτά βρέθηκαν κάποιες σημαντικές σχέσεις μεταξύ της εμπειρίας της ανεργίας και του άγχους. Όσοι έχουν στερηθεί μια εξέλιξη στις σπουδές τους καθώς και πράγματα που έκαναν παλαιότερα πιο εύκολα δείχνουν να έχουν αυξημένα τα ποσοστά του άγχους τους. Επίσης, όσοι αντιμετωπίζουν την οικονομική κρίση στην οικογένεια τους και θεωρούν ότι είναι δύσκολο να δημιουργήσουν δεδομένης της κατάστασης και τη δική τους οικογένεια έχουν επίσης υψηλά επίπεδα άγχους.

Τέλος, παρατηρούμε πώς ενώ υπάρχει ο φόβος και η αβεβαιότητα για το μέλλον, καθώς σε μεγάλο ποσοστό οι νέοι δεν αισθάνονται ασφάλεια κατά την περίοδο αυτή που διανύουμε, έχουν πίστη για την επίτευξη των στόχων τους και προσπαθούν να αντιμετωπίσουν την κατάσταση με αισιοδοξία. Μια δύσκολη εποχή είναι μπροστά μας αλλά η διαχείριση και η αξιολόγηση των προβλημάτων τώρα ή ακόμη και στο μέλλον είναι αρκετά πιο δύσκολη ίσως και ακατόρθωτη όταν δεν βάζουμε την υγεία μας στην πρώτη θέση.<sup>46</sup>

Σύμφωνα με προηγούμενες μελέτες η οικονομική κρίση έχει επηρεάσει αισθητά και σε σημαντικό βαθμό τους ανθρώπους. Σύμφωνα με την έρευνα των Σταυριανάκος Κ, Κονταξάκης Β, Μουσσάς Γ, κ.α. οι απόπειρες αυτοκτονίας παρουσίασαν αύξηση μετά την οικονομική κρίση της τάξεως 35,71%. Υπήρξε στατιστικά σημαντική αύξηση σε άνεργους. Η οικονομική κρίση, συνεπώς, σχετίζεται με την τάση για αύξηση των αποπειρών αυτοκτονίας, συχνότερα στους άνεργους.<sup>27</sup> Παρομοίως, έρευνα των Economou Μ, Madianos Μ, Peppou LE, Theleritis C, Patelakis Α, Stefanis C. Έδειξε ότι μεταξύ 2009 και 2011 υπήρξε σημαντική αύξηση στον επιπολασμό του αυτοκτονικού ιδεασμού και στις αναφερόμενες απόπειρες, σε σχέση με την οικονομική κρίση.<sup>41</sup> Τέλος, οι Rachiotis G, Stuckler D, McKee Μ, Hadjichristodoulou C . σε έρευνα τους έδειξαν ότι υπάρχει αύξηση των αυτοκτονιών μεταξύ ατόμων σε ηλικία εργασίας που συμπίπτει με τα μέτρα λιτότητας.<sup>43</sup> Πιο γενικά, τα ευρήματα των ερευνητών Kondilis Ε, Giannakopoulos S, Gavana Μ, Ierodiakonou I, Waitzkin Η, Benos Α δείχνουν ότι οι ψυχικές διαταραχές παρουσίασαν επιδείνωση των τάσεων κατά το 2010 και το 2011 λόγω οικονομικής κρίσης.<sup>40</sup> Οι Pfoertner TK, Rathmann K, Elgar FJ et al. στην μελέτη τους συμπέραναν ότι αν και η ανεργία των νέων έχει αυξηθεί κατά τη διάρκεια της οικονομικής κρίσης, οι τιμές των ψυχολογικών παραπόνων για την υγεία μεταξύ τους δεν επηρεάστηκαν σε ορισμένες χώρες, ακόμα και μειώθηκαν σε κάποιες άλλες. Μόνο η ανεργία των νέων το 2010 αύξησε την πιθανότητα εμφάνισης ψυχολογικών παραπόνων. Η μελέτη αυτών δείχνει ότι η αρνητική μετατόπιση της

πρόσφατης ύφεσης στην αγορά εργασίας σε διάφορες χώρες , δεν έχει παρουσιάσει ψυχολογικές επιπτώσεις στην υγεία των εφήβων .<sup>31</sup>

Τέλος, συμπερασματικά μπορούμε να τονίσουμε ότι είμαστε μπροστά σε ένα νέο οικονομικό σκηνικό το οποίο έχει μεγάλη επιρροή στη ψυχική μας υγεία. Προκύπτει ολοκάθαρα η υποχρέωση για όλους μας να αναλάβουμε τις ευθύνες και να αλλάξουμε και τους εαυτούς μας ώστε να αποκατασταθεί η λαβωμένη ανάγκη μας για σκοπό. Ενάντια σε αυτή την αίσθηση του πανικού και του αβοήθητου την οποία βιώνουμε οι περισσότεροι, η πρόταση είναι να κάνουμε επαναπροσδιορισμό. Πρέπει να διορθώσουμε τις αυταπάτες με τις οποίες έχουμε γεμίσει τους εαυτούς μας, ότι το χρήμα πλέον είναι τόσο σημαντικό και καθορίζει το τι είμαστε, να διαλύσουμε το φαύλο κύκλο τον γεμάτο υποκατάστατα τα οποία χρησιμοποιούμε αντί να ικανοποιήσουμε τις πραγματικές εσωτερικές ανάγκες, να χρησιμοποιήσουμε το μυαλό μας απαγορεύοντας στα αρνητικά συναισθήματα πανικού και απαξίωσης για τον εαυτό μας, να μας παρασύρουν και να καταβάλλουν. Πρέπει ουσιαστικά να αλλάξουμε την καθημερινότητάς όχι μόνο στην θεωρία. Η ώρα να ενηλικιωθούμε συναισθηματικά έφτασε και θα πρέπει να απομακρύνουμε όλα τα στερεότυπα που αφορούν την εργασία και να δούμε πως αλλιώς μπορούμε να απορροφηθούμε. Πρέπει να συνεχίσουμε να δημιουργούμε νέα πράγματα και να μην μείνουμε στο ίδιο παλιό πλαίσιο κολλημένοι, που ίσως δεν ανταποκρίνεται στις βλέψεις μας. Αν βρεθούμε σε μια κατάσταση στην οποία δεν υπάρχει κάτι που να μπορούμε να κάνουμε πρέπει να ανακαλύψουμε τρόπους και λύσεις να νιώθουμε καλά, να είμαστε υγιείς και να έχουμε ισορροπία. Μετά από όλα αυτά τα βιώματα και τα γεγονότα που κλονίζουν την χώρα μας ήρθε η στιγμή να αποβάλλουμε τα παλιά στερεότυπα και τους παλιούς τρόπους αναγνώρισης των ανθρώπων όπως είναι το χρήμα και η εξουσία και να χτίσουμε την αυτοπεποίθησή μας στις αξίες μας, στις εσωτερικές μας κατακτήσεις, στα θέλω, στα όνειρα, στους φίλους, στην οικογένεια, στον εσωτερικό κόσμο, στα απλά.<sup>47</sup>

Όπως και σε κάθε ερευνητική εργασία και αυτή η μελέτη έχει τους δικούς της περιορισμούς. Ένας τέτοιος περιορισμός είναι το μέγεθος του δείγματος το οποίο ήταν σχετικά μικρό καθώς και τα χαρακτηριστικά του. Το μεγαλύτερο μέρος του δείγματος αποτελούνταν από φοιτητές οι οποίοι συγκατοικούσαν με τους γονείς τους και ήταν και άνεργοι, όπως είναι αναμενόμενο σε μεγάλο ποσοστό. Σε μελλοντική μελέτη θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί ένα μεγαλύτερο και πιο αντιπροσωπευτικό δείγμα που να αποτελείται από νέους μεν, αλλά από περισσότερες βαθμίδες ηλικίας. Επιπλέον, μπορούν να χρησιμοποιηθούν διαφορετικά και ίσως πιο αξιόπιστα και έγκυρα ερωτηματολόγια, των οποίων οι ψυχομετρικές ιδιότητες θα έχουν μελετηθεί και καθοριστεί με ακρίβεια. Ένας ακόμη περιορισμός της έρευνάς μας έγκειται στην ίδια την μεθοδολογία του. Τόσο η χρήση ερωτηματολογίων αυτό-αναφοράς όσο και η προσπάθεια ποσοτικής αποτύπωσης ψυχικών

φαινομένων όπως το άγχος είναι περιοριστικές ως προς την πληρέστερη κατανόηση των σχέσεων μεταξύ των μεταβλητών. Μια πιο διαφωτιστική προσέγγιση θα αποτελείωσε η ποιοτική, όπου μέσω συνεντεύξεων θα ήταν δυνατή τόσο η εις βάθος κατανόηση της εμπειρίας των ανέργων και τις επιπτώσεις που έχει στην ψυχική υγεία τους όσο και την δυνατότητα αντοπισμού αιτιωδών συσχετίσεων.

Ως συμπέρασμα, κάποια από τα στοιχεία που διατυπώσαμε στο θεωρητικό αλλά και στο ερευνητικό μας μέρος, τονίζουν τα σημεία στα οποία φαίνεται η επιρροή της κρίσης στους νέους. Έχουν συμβεί πολλές αλλαγές στην καθημερινότητα τους τόσο στην προσωπική όσο και στην κοινωνική ζωή. Πράγματα που στο παρελθόν ήταν εύκολα τώρα απαιτούν προσπάθεια. Παρόλα αυτά οι νέοι δείχνουν να έχουν πυγμή και θέληση να κυνηγήσουν τους στόχους τους ακόμα και αν αυτό είναι δύσκολο στην χώρα μας δεδομένης της οικονομικής κατάστασης.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Psycho-logia, Ο κοινωνικός αντίκτυπος της οικονομικής κρίσης. Ημερομηνία πρόσβασης 20/05/2016 από <http://psycho-logia.gr/2011/12/koinwnikos-antiktupos-krisis/>
2. Bouras G, Lykouras L. The economic crisis and its impact on mental health. *Encephalos*. 2011;48(2):54-61
3. Γιωτάκος Ο. Οικονομική κρίση και ψυχική Υγεία. *Ψυχιατρική*. 2010;21(3):195-204
4. Analyst.gr, Το τέρας της μετανάστευσης και της ανεργίας των νέων. Ημερομηνία πρόσβασης 17/09/2016 από <http://www.analyst.gr/2016/07/06/to-teras-tis-metanastevsis-kai-tis-anergias-ton-newn/>
5. American Psychological Association, Stress. Accessed in 27/01/2016 in <http://www.apa.org/topics/stress/index.aspx>.
6. Ιatronet, Πώς αντιμετωπίζουμε το άγχος.. Ημερομηνία πρόσβασης 27/01/2016 από <http://www.iatronet.gr/ygeia/psychiki-ygeia/article/23004/pws-antimetwpizoyme-to-agchos.html>
7. Economou M, Madianos M, Peppou L, Theleritis C, Patelakis A, Stefanis C. Suicidal ideation and reported suicide attempts in Greece during the economic crisis. *World Psychiatry*. 2013;12(1):53-9
8. Kondilis E, Giannakopoulos S, Gavana M, Ierodiakonou I, Waitzkin H, Benos A. Economic crisis, restrictive policies, and the population's health and health care: the Greek case. *Am J Public Health*. 2013;103(6):973-9
9. Πανηγυράκης Δ. Σύγχρονη Διοικητική Δημοσίων Σχέσεων. Εκδόσεις Μπένου, Αθήνα, 2001
10. Καστοριάδης Κ. Η άνοδος της ασημαντότητας. Ύψιλον/βιβλία, Αθήνα, 2000
11. Κουφάρης Γ. Η παγκόσμια οικονομική κρίση και οι χρηματιστηριακές αγορές. Περιοδικό Χρήμα. Ιανουάριος-Φεβρουάριος 2010
12. European Commission. Economic and Financial Affairs: Economic crisis in Europe: Causes, consequences and responses. *European Economy*, Brussels. 2009; Pp.1-87
13. ΔΑΣΤΑ Ιονίου Πανεπιστημίου, Η σημασία της εργασίας για τον άνθρωπο. Ημερομηνία πρόσβασης 17/09/2016 από [http://dasta.ionio.gr/liaison/pages/symb\\_text\\_work](http://dasta.ionio.gr/liaison/pages/symb_text_work)
14. Healthpress, Η οικονομική κρίση «γεννάει» Χρόνιο Πόνο!. Ημερομηνία πρόσβασης 15/05/2015 από <http://www.healthpress.gr/2013/04/30/η-κρίση-γεννάει-χρόνιο-πόνο/>
15. Iatropedia, Ανεργία κρίση και κατάθλιψη. Πώς αντιμετωπίζουμε τη κατάθλιψη σε καιρούς ανεργίας και κρίσης. Ημερομηνία πρόσβασης 10/05/2016 από

<http://www.iatropedia.gr/ygeia/anergia-krisi-ke-katathlipsi-pos-antimetopizoume-tin-katathlipsi-se-kerous-anergias-ke-krisis/31909/>

16. Εργαστήριο Ψυχολογικής Συμβουλευτικής Φοιτητών-ΕΚΠΑ, Το στρες και η αντιμετώπισή του, τι προκαλεί στρες. Ημερομηνία πρόσβασης 17/09/2016 από <http://www.skf.psych.uoa.gr/synh8ismena-problimata/cyxokoinwnika-problimata/to-stres-kai-h-antimetopisi-toy/ti-prokalei-stres.html>
17. Psyhealth. Οικονομική κρίση: Πώς να επιβιώσετε ψυχολογικά. Ημερομηνία πρόσβασης 15/02/2016 από <http://www.psyhealth.gr/portal/Articles/gia-na-exoume-kaliteri-psyxologia/Oikonomiki-Krissi:-Pws-na-epibiwseste-Psyxologika--psyhealth20130614155.php3>
18. e-Psychology, Οικονομική κρίση και ψυχοσωματικές επιδράσεις στον άνθρωπο. Ημερομηνία πρόσβασης 15/05/2016 από <http://www.e-psychology.gr/anxiety-stress-phobias/491-oikonomiki-krisi-psychosomatikes-epidraseis-ston-anthropo.html>
19. Psi-gr, Οικονομική κρίση και ψυχική υγεία (Οι ψυχικές παθήσεις που αυξάνονται).Psi-gr. Ημερομηνία πρόσβασης 15/05/2016 από [http://psi-gr.tripod.com/universal\\_economic\\_crisis\\_and\\_mental\\_health.html](http://psi-gr.tripod.com/universal_economic_crisis_and_mental_health.html)
20. Γιώτακος Ο. Οικονομική κρίση και ψυχική υγεία, Ψυχιατρική. 2010; 21:195–204
21. e-Psychology, Άγχος, οικονομική κρίση και προβληματική χρήση αλκοόλ. Ημερομηνία πρόσβασης 02/06/2016 από <http://www.e-psychology.gr/addictions/531-agxox-oikonomiki-krisi-provlimatiki-xrisi-alkool.html>
22. Υπουργείο Οικονομικών, Οικονομικές εξελίξεις του 2009 και προοπτικές για το 2010.2010
23. Μπούρας Γ, Λυκούρας Λ. Η οικονομική κρίση και οι επιπτώσεις της στη ψυχική υγεία. Εγκέφαλος. 2011; pp.55-61
24. Μουσούρου Α. Οικογένεια και οικογενειακή πολιτική. Gutenberg. Αθήνα,2005
25. Σουλιώτης Κ. Ο ρόλος του Ιδιωτικού Τομέα στο Ελληνικό Σύστημα Υγείας. Παπαζήσης. Αθήνα, 2000
26. Ευθυμίου Κ, Αργαλία Ε, Κασκαμπά Ε, Μακρή Α. Οικονομική κρίση και ψυχική υγεία. Τι γνωρίζουμε για την σημερινή κατάσταση στην Ελλάδα; Εγκέφαλος.2013;50, 22-30
27. Σταυριανάκος Κ, Κονταξάκης Β, Μουσάς Γ, κ.α. Απόπειρες αυτοκτονίας στη διάρκεια της οικονομικής κρίσης στην Αθήνα. Ψυχιατρική. 2014; 25:104–110
28. Ελληνική Ψυχιατρική Εταιρία, Η οικονομική κρίση και οι επιπτώσεις της στην ψυχική υγεία. Ημερομηνία πρόσβασης 15/06/2016 από [http://www.psych.gr/index.php?option=com\\_content&view=article&id=640&Itemid=125&lang=el](http://www.psych.gr/index.php?option=com_content&view=article&id=640&Itemid=125&lang=el).

29. Οικονόμου Μ, Πέππου Λ, Φουσκετάκη Σ κ.α. Οικονομική κρίση και ψυχική υγεία: Επιπτώσεις στην επικράτηση κοινών ψυχικών διαταραχών, Ψυχιατρική.2013;24:247–261
30. Ελληνική Ψυχιατρική Εταιρία., Οι επιπτώσεις της κοινωνικό-οικονομικής κρίσης στην ψυχική υγεία παιδιών και εφήβων. Ημερομηνία πρόσβασης 12/06/2016 από [http://www.psych.gr/index.php?option=com\\_content&view=article&id=458&Itemid=117&lang=el](http://www.psych.gr/index.php?option=com_content&view=article&id=458&Itemid=117&lang=el)
31. Pfoertner TK, Rathmann K, Elgar FJ et al. Adolescents' psychological health complaints and the economic recession in late 2007: a multilevel study in 31 countries. Eur J Public Health. 2014;24(6):961-7
32. Μαλλιαρού Μ, Σαράφης Π. Οικονομική κρίση. Τρόπος επίδρασης στην υγεία των πολιτών και στα συστήματα υγείας. Το βήμα του Ασκληπιού,11ος τόμος,1ο τεύχος, Ιανουάριος-Μάρτιος 2012
33. Κονταξάκης Β, Χαβάκη- Κονταξάκη Μ, Οι συνέπειες των μεγάλων οικονομικών κρίσεων στη σωματική και ψυχική υγεία των πολιτών. Ψυχιατρική 2012;23
34. Euronews. Η κρίση και οι οικογενειακές ισορροπίες στην Ελλάδα. Ημερομηνία πρόσβασης 26/06 /2016 από <http://gr.euronews.com/2013/02/21/greece-crisis-research-ereuna-krisi-oikogeniakes-isorropies>
35. Γιωτάκος Ο, Καράμπελας Δ, Καυκάς Α. Επίπτωση της οικονομικής κρίσης στην ψυχική υγεία στην Ελλάδα. Ψυχιατρική. 2011; 22:109–119
36. Tomasina F. Problems of work world and its impact on health. Current financial crisis, Rev Salud Publica (Bogota). 2012;14 Suppl 1:56-67
37. Ifanti A, Argyriou A, Kalofonou F, Kalofonos H. Financial crisis and austerity measures in Greece: their impact on health promotion policies and public health care. Health Policy. 2013;113(1-2):8-12
38. Simou E, Koutsogeorgou E. Effects of the economic crisis on health and healthcare in Greece in the literature from 2009 to 2013: a systematic review. Health Policy. 2014;115(2-3):111-9.
39. Buffel V, Van de Straat V, Bracke P. Employment status and mental health care use in times of economic contraction: a repeated cross-sectional study in Europe, using a three-level model. Int J Equity Health. 2015;11; 14:29.
40. Kondilis E, Giannakopoulos S, Gavana M, Ierodiakonou I, Waitzkin H, Benos A. Economic crisis, restrictive policies, and the population's health and health care: The Greek case. Am J Public Health. 2013;103(6):973-9.
41. Economou Μ, Madianos Μ, Peppou LE, Theleritis C, Patelakis Α, Stefanis C. Suicidal ideation and reported suicide attempts in Greece during the economic crisis. World Psychiatry. 2013;12(1):53-9.

42. Duleba T, Gonda X, Rihmer Z, Dome P. Economic recession, unemployment and suicide. *Neuropsychopharmacol Hung*. 2012;14(1):41-50
43. Rachiotis G, Stuckler D, McKee M, Hadjichristodoulou C . What has happened to suicides during the Greek economic crisis? Findings from an ecological study of suicides and their determinants (2003-2012). *BMJ*. 2015;25;5(3):e007295
44. Πανεπιστήμιο Κύπρου, Είδη Ερευνών. Ημερομηνία πρόσβασης 01/08/2016 από <http://www.ucy.ac.cy/pakepe/el/research-services/research-kind>
45. Huffington Post, Οικονομική κρίση και μετανάστευση νέων επιστημόνων. Διαδικτυακός τόπος. Ημερομηνία πρόσβασης 06/08/2016 από [http://www.huffingtonpost.gr/petroula-mandilara/-\\_5795\\_b\\_10205412.html](http://www.huffingtonpost.gr/petroula-mandilara/-_5795_b_10205412.html)
46. Φιλοσοφία, Επιστήμες, Παιδεία, Ψυχολογικές επιπτώσεις της οικονομικής ύφεσης. Ψυχολογία. Ημερομηνία πρόσβασης 08/08/2016 από <https://sciencearchives.wordpress.com/2015/07/08/%CE%AD-%CF%8E-2/>
47. Ψυχοθεραπευτική, Από την οικονομική κρίση στην ψυχολογική αποσταθεροποίηση. Ημερομηνία πρόσβασης 08/08/2016 από <http://www.psychotherapeutiki.gr/από-την-οικονομική-κρίση-στην-ψυχολογ/4//>



## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

### 1.Υπόδειγμα του ερωτηματολογίου της έρευνας



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ - ΤΜΗΜΑ ΙΑΤΡΙΚΗΣ  
ΤΕΙ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ



ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ - ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ  
ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ: ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΥΓΕΙΑΣ

**Αγαπητοί συνάδελφοι,**

Η ανωτέρω μελέτη αφορά τη διερεύνηση του τρόπου με τον οποίο επιδρά το γεγονός της ανεργίας που βιώνετε στην ψυχική σας υγεία

Η μελέτη διεξάγεται στο πλαίσιο του ΠΤΜΣ «Πρωτοβάθμια Φροντίδας Υγείας».

Η συμμετοχή και η υποστήριξή σας στην συγκεκριμένη μελέτη είναι εξαιρετικά σημαντική.

Τα στοιχεία και οι απαντήσεις των ερωτηματολογίων είναι αυστηρά ανώνυμα και εμπιστευτικά και τα αποτελέσματα που θα προκύψουν θα χρησιμοποιηθούν αποκλειστικά και μόνο από την συγκεκριμένη ερευνητική ομάδα και για τους σκοπούς της συγκεκριμένης μελέτης.

**Σας ευχαριστώ για την βοήθεια και συμμετοχή σας**

Κολοβού Λαμπρινή, μεταπτυχιακή φοιτήτρια

**ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ-ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ**

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ: ...../...../2016

ΗΛΙΚΙΑ: .....

ΦΥΛΟ:

ΑΝΔΡΑΣ ☐

ΓΥΝΑΙΚΑ ☐

Τι έχετε σπουδάσει; .....

**1. ΕΠΙΠΕΔΟ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:**

ΜΑΣΤΕΡ ☐

ΔΙΔΑΚΤΟΡΙΚΟ ☐

**2. ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ:**

ΑΓΑΜΟΣ/Η ☐

ΕΓΓΑΜΟΣ/Η ☐

ΔΙΕΖΕΥΓΜΕΝΟΣ/Η ☐

ΧΗΡΟΣ/Α ☐

**3. ΕΡΓΑΣΙΑ**

ΑΝΕΡΓΟΣ/Η ☐

ΜΕΡΙΚΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ ☐

ΠΛΗΡΗΣ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ ☐

**4. ΕΧΕΙ ΕΠΗΡΕΑΣΕΙ Η ΚΡΙΣΗ ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΣΑΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑ ΣΥΝΕΠΕΙΑ ΕΣΑΣ?**

ΝΑΙ ☐

ΟΧΙ ☐

**5. ΕΧΕΤΕ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΣΑΣ?**

ΝΑΙ ☐

ΟΧΙ ☐

6. ΣΥΓΚΑΤΟΙΚΕΙΤΕ ΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΣΑΣ?

ΝΑΙ \_\_\_\_\_ ☐

ΟΧΙ \_\_\_\_\_ ☐

7. ΕΧΕΤΕ ΣΤΕΡΗΘΕΙ ΤΗΝ ΑΠΟΚΤΗΣΗ ΕΝΟΣ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟΥ ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΣ Η ΟΤΙΔΗΠΟΤΕ ΑΞΙΟΡΑ ΤΗΝ ΚΑΡΙΕΡΑ ΣΑΣ ΛΟΓΩ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΑΔΥΝΑΜΙΑΣ?

ΝΑΙ \_\_\_\_\_ ☐

ΟΧΙ \_\_\_\_\_ ☐

8. ΠΙΣΤΕΥΕΤΕ ΟΤΙ ΥΠΑΡΧΕΙ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΑ ΝΑ ΕΠΙΤΥΧΕΤΕ ΤΟΥΣ ΣΤΟΧΟΥΣ ΣΑΣ ΣΤΟ ΜΕΛΛΟΝ?

ΝΑΙ \_\_\_\_\_ ☐

ΟΧΙ \_\_\_\_\_ ☐

9. ΕΧΕΙ ΕΠΗΡΕΑΣΤΕΙ Η ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΣΑΣ ΖΩΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΛΛΑΓΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΣΤΗ ΧΩΡΑ?

ΝΑΙ \_\_\_\_\_ ☐

ΟΧΙ \_\_\_\_\_ ☐

10. ΕΠΗΡΕΑΖΕΤΑΙ Η ΔΙΑΘΕΣΗ ΣΑΣ ΑΠΟ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟΥΣ ΛΟΓΟΥΣ?

ΝΑΙ \_\_\_\_\_ ☐

ΟΧΙ \_\_\_\_\_ ☐

11. ΕΧΕΙ ΕΠΗΡΕΑΣΤΕΙ Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΑΣ ΖΩΗ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ?

ΝΑΙ \_\_\_\_\_ ☐

ΟΧΙ \_\_\_\_\_ ☐

12. ΘΕΩΡΕΙΤΕ ΔΥΝΑΤΟ ΚΑΙ ΕΥΚΟΛΟ ΝΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΕΤΕ ΤΗ ΔΙΚΗ ΣΑΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΚΑΤΩ ΑΠΟ ΑΥΤΕΣ ΤΙΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ?

ΝΑΙ \_\_\_\_\_ ☐

ΟΧΙ \_\_\_\_\_ ☐

13. ΝΙΩΘΕΤΕ ΝΑ ΣΤΕΡΕΙΣΤΕ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΑΛΙΑ ΜΠΟΡΟΥΣΑΤΕ ΝΑ ΕΧΕΤΕ ΣΤΗΝ ΚΑΤΟΧΗ ΣΑΣ?

ΝΑΙ \_\_\_\_\_ ☐

ΟΧΙ \_\_\_\_\_ ☐

14. Ο ΚΥΚΛΟΣ ΣΑΣ ΕΧΕΙ ΤΙΣ ΙΔΙΕΣ ΑΝΗΣΥΧΙΕΣ ΜΕ ΕΣΑΣ?

ΝΑΙ \_\_\_\_\_ ☐

ΟΧΙ \_\_\_\_\_ ☐

**15. ΑΙΣΘΑΝΕΣΤΕ ΑΙΣΙΟΔΟΞΟΙ ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΣΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ?**

ΝΑΙ \_\_\_\_\_ ☐

ΟΧΙ \_\_\_\_\_

**Εργαλείο Μέτρησης των Επιπέδων Αντιλαμβανόμενου Άγχους**

Διαβάστε προσεκτικά τις παρακάτω ερωτήσεις και τσεκάρτε πόσο συχνά αισθάνεστε ή βιώνετε καταστάσεις που περιγράφονται στις ερωτήσεις 1-30.

Για να είναι έγκυρες οι απαντήσεις σας συμπληρώστε το παρακάτω ερωτηματολόγιο **όχι σε στιγμές έντασης και θυμού.**

<b>ΑΝΤΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΑ ΕΠΙΠΕΔΑ ΑΓΧΟΥΣ</b>				
	Σχεδόν ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνήθως
<b>1.</b> Αισθάνεστε ξεκούραστοι (γενικά)				
<b>2.</b> Αισθάνεστε ότι απαιτούνται πολλά από εσάς				
<b>3.</b> Είστε ευερέθιστοι ή κακόκεφοι				
<b>4.</b> Έχετε να κάνετε πάρα πολλά πράγματα				
<b>5.</b> Αισθάνεστε μόνοι ή απομονωμένοι				
<b>6.</b> Βρίσκεστε σε καταστάσεις σύγκρουσης				
<b>7.</b> Αισθάνεστε ότι κάνετε πράγματα που πραγματικά σας αρέσουν				
<b>8.</b> Αισθάνεστε κουρασμένοι				
<b>9.</b> Φοβάστε ότι πιθανόν να μην μπορέσετε να επιτύχετε τους στόχους σας				
<b>10.</b> Αισθάνεστε ήρεμοι				
<b>11.</b> Έχετε να πάρετε πολλές αποφάσεις				
<b>12.</b> Είστε συγχυσμένοι (αναστατωμένοι)				
<b>13.</b> Είστε γεμάτοι ενέργεια				

14.	Αισθάνεστε ένταση				
15.	Τα προβλήματα σας μοιάζουν να συσσωρεύονται				
16.	Αισθάνεστε να βιάζεστε				
17.	Αισθάνεστε ασφαλείς και προστατευμένοι				
18.	Έχετε πολλές ανησυχίες				
19.	Οι άλλοι σας πιέζουν				
20.	Αισθάνεστε αποθαρρυνμένοι				
21.	Διασκεδάζετε				
22.	Φοβάστε για το μέλλον				
23.	Αισθάνεστε ότι κάνετε πράγματα επειδή πρέπει και όχι επειδή το θέλετε				
24.	Αισθάνεστε ότι σας κριτικάρουν ή ότι σας κρίνουν				
25.	Είστε ξέγνοιαστοι				
26.	Αισθάνεστε πνευματικά εξουθενωμένοι				
27.	Σας είναι δύσκολο να χαλαρώσετε				
28.	Αισθάνεστε ότι σας βαραίνουν οι ευθύνες				
29.	Έχετε αρκετό χρόνο για τον εαυτό σας				
30.	Αισθάνεστε ότι σας πιέζουν οι προθεσμίες				

**ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΑΣ ΣΤΗ ΜΕΛΕΤΗ ΜΑΣ. ΒΕΒΑΙΩΘΕΙΤΕ ΟΤΙ ΑΠΑΝΤΗΣΑΤΕ ΣΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ.**